O ENCHEIRÍDION DE EPICTETO

EDIÇÃO BILÍNGUE

Aldo Dinucci; Alfredo Julien
(Introdução, Tradução e Notas)

PRIMEIRA EDIÇÃO, 2012
SÃO CRISTÓVÃO-SE

INTRODUÇÃO

A quem se destina e para que serve o *Encheirídion de Epicteto*

O termo grego *encheirídion* se diz do que está à mão, sendo equivalente ao termo latino *manualis*, "manual" em nossa língua. Significa também "punhal" ou "adaga", equivalente ao latino *pugio*, arma portátil usada pelos soldados romanos atada à cintura. Simplício, em seu *Comentário ao Encheirídion de Epicteto*[1], diz-nos que Arriano[2], que escreveu o *Encheirídion*, "sintetizou as coisas mais importantes e necessárias em filosofia a partir das palavras de Epicteto para que estivessem à vista e à mão" (192 20 s.). Assim, o *Encheirídion* serve não como uma introdução aos que ignoram a filosofia estoica, mas antes àqueles já familiarizados com os princípios do Estoicismo, para que tenham uma síntese que possam sempre levar consigo e utilizar. Tal uso se relaciona à tradição estoica da meditação diária, para o que o *Encheirídion* serviria de guia e inspiração. Epicteto discorre sobre esse tema nas *Diatribes* em diversas ocasiões (I,1,25; I,27,6 ss.; II,1,29; III,10,1). Marco Aurélio Antonino[3], cuja obra póstuma, as *Meditações*, consiste justamente nessa atividade, compara os princípios da filosofia com os instrumentos da medicina, afirmando que "os médicos, que sempre têm à mão os instrumentos de sua arte, devem ser imitados" (III.13; cf. IV.3). Sêneca se refere à prática da meditação diária na *Carta a*

[1] SIMPLÍCIO. *On Epictetus Handbook. 1-26.* Trad. C. Brittain; T. Brennan. New York: Cornell, 2002.
[2] Lúcio Flávio Arriano Xenofonte (ca. 86 - 160), cidadão romano de origem grega e aluno de Epicteto, que compilou as aulas de seu professor em oito livros (*As Diatribes de Epicteto*), dos quais quatro sobrevivem, e redigiu o *Encheirídion*.
[3] MARCO AURÉLIO ANTONINO. *Meditations*. Trad. C. R. HAINES. Harvard: Loeb Classical Library, 1916.

Lucílio XCIV[4] e em *Dos Benefícios*[5] VIII, 1. Cícero se refere igualmente a essa prática no *De Natura Deorum*[6] (L.I.30) e no *De Finibus*[7] (L.II.7).

Réplica de *pugio* romano (fonte: swords24.eu)

Ainda no proêmio de seu *Comentário* (192-193), Simplício menciona uma carta – que prefaciava, na Antiguidade, o *Encheirídion* – de Arriano a certo Messaleno. De acordo com Simplício, tal carta asseverava que o objetivo do *Encheirídion* é, ao encontrar pessoas capazes de serem persuadidas por ele, não apenas afetá-las através das palavras, mas fazer com que de fato apliquem às suas vidas as ideias contidas nele, tornando livres suas almas. Simplício afirma que as palavras do *Encheirídion* são efetivas, capazes de agitar a alma de qualquer um que não esteja totalmente mortificado.

Simplício observa também que, na perspectiva epictetiana, a alma deve libertar-se das emoções irracionais e que as coisas externas devem ser usufruídas de modo consistente com o bem genuíno (193 30 ss.). Uma das características do pensamento epictetiano notadas por Simplício é que quem o põe em prática pode alcançar a felicidade sem a promessa de recompensa *post mortem* para a virtude. Como salienta Simplício:

---

[4] SÊNECA. *Moral Essays, Volumes I, II, III*. Trad. J. W. Basore.Harvard: Loeb Classical Library, 1923.

[5] SÊNECA. *Epistles, Volume I, II, III*. Trad. R. M. Gummere.Harvard: Loeb Classical Library, 1917-1925.

[6] CÍCERO. *On the Nature of the Gods; Academica*. Trad. H. Rackham. Harvard: Loeb Classical Library, 1933.

[7] CÍCERO. *On Ends (The Finibus).* Trad. H. Rackham. Harvard: Loeb Classical Library, 1914.

Mesmo supondo-se a alma mortal e destrutível junto com o corpo, ainda assim [...] *qualquer um que viva de acordo com esses preceitos será genuinamente feliz* [...] *já que terá atingido sua própria perfeição e alcançado o bem que lhe é próprio*. (194)

Simplício, notando que as palavras do *Encheirídion* são enérgicas e gnômicas, mantendo entre si certa relação e ordem lógica, objetivando a arte que retifica a vida humana e elevando a alma humana ao seu próprio valor (194 15 ss.), observa que o *Encheirídion* não se remete nem ao asceta, nem ao homem teórico, que se distanciam das coisas do corpo, mas visa o homem que tem o corpo como um instrumento e que deseja ser um genuíno ser humano, almejando reconquistar a nobreza de sua ancestralidade, com a qual Deus agraciou os homens. Quanto a isso, diz-nos Simplício:

Alguém assim deseja ardentemente que sua alma racional viva como ela é por natureza, governando o corpo e transcendendo-o, usando-o não como uma parte coordenada, mas como um instrumento. (195 50 ss.)

Simplício (196 ss.) ressalta ainda que, no *Encheirídion*, Epicteto parte da tese sustentada por Sócrates no *Primeiro Alcibíades* (I 129 c7[8]), segundo a qual o genuíno ser humano é uma alma racional que usa o corpo como um instrumento. Simplício assim formaliza tal argumento de Sócrates no *Primeiro Alcibíades*:

(i) O homem usa suas mãos para trabalhar;

(ii) Quem usa algo se distingue daquilo que usa como instrumento;

(iii) Ora, é necessário que o homem seja ou o corpo, ou a alma, ou combinação de ambos. Mas se a alma governa o corpo e não o contrário, o homem não é o corpo e nem, pela mesma razão, é a combinação de ambos.

[8] PLATÃO. *First Alcibiades.* Trad. W. R. M. Lamb. Harvard: Loeb Classical Library,1927.

(iv) Disso decorre que o corpo não se move por si mesmo e é um cadáver, pois é a alma que o move;
(v) Consequentemente, o corpo tem status de instrumento em relação à alma.

Sobre a Divisão em Capítulos do *Encheirídion de Epicteto*:

Boter (1999, p. 146-7[9]) observa que há três modos básicos de dividir o texto do *Encheirídion*: o inaugurado pela edição de Haloander (1529[10]), que divide o texto em 62 capítulos; o introduzido por Wolf (1560[11]), que divide o texto em 79 capítulos; e o de Upton (1741[12]), que divide o texto em 52 capítulos. Este último é seguido por Schweighauser, que divide ainda o capítulo 50 em dois, perfazendo ao todo 53 capítulos (tal é a divisão que prevalece em todas as edições subsequentes). Boter (1999, p. 147) mantém a divisão em números de Schweighauser, embora subdividindo quatro capítulos em dois (capítulos 5, 14, 19, 48). Boter observa que a subdivisão do capítulo 5 é sustentada de modo unânime pela tradição; que a subdivisão do capítulo 14 é sustentada por Simplício; que a subdivisão do capítulo 19 é sustentada por quase toda a tradição; e que apenas por Simplício o capítulo 48 é apresentado como um único. O capítulo 33 constitui um caso especial: embora muitas de suas seções sejam apresentadas como capítulos diferentes em diversos manuscritos, Boter, por considerar tratar-se tal capítulo de um todo coerente, apresenta-

[9] BOTER, G. *The Encheiridion of Epictetus and its Three Christian Adaptations: Transmission & Critical Editions.* Leiden: Brill, 1999.
[10] HALOANDER. *Epicteti Encheiridion*. Nuremberg: 1529
[11] WOLF. H. *Epicteti Enchiridion: una cum Cebetis Thebani Tabula Græc. & Lat. Quibus... accesserunt e graeco translata Simplicii in eundem Epicteti libellum doctissima scholia, Arriani commentarium de Epicteti disputationibus libri iiii, item alia ejusdem argumenti in studiosorum gratiam*. Basiléia: 1560.
[12] UPTON J. *Epicteti quae supersunt dissertationes ab Arriano collectae nec non Enchiridion et fragmenta Graece et Latine ... cum integris Jacobi Schegkii et Hieronymi Wolfii selectisque aliorum doctorum annotationibus, 2 vol*. Londres: Thomas Woodward, 1741.

o como um só.

O Texto Grego estabelecido por Boter

A edição do texto estabelecido por Gerard Boter do *Encheirídion de Epicteto* preenche uma lacuna de séculos quanto aos estudos epictetianos. Segundo a ortodoxia, Epicteto nada escreveu. Tudo o que nos chegou de seu pensamento se deve ao seu discípulo Flávio Arriano: os quatro livros das *Diatribes de Epicteto* e, é claro, o *Encheirídion de Epicteto.* Boter comenta que, enquanto nas *Diatribes* podemos ouvir Epicteto falando-nos em viva voz, no *Encheirídion* nos deparamos com preceitos estoicos dispostos explicitamente, além de sínteses de várias partes das *Diatribes* (2007, p. v).

Boter observa que, durante o período bizantino, o *Encheirídion* mereceu três paráfrases cristãs que nos chegaram: uma de Pseudo-Nilo; outra intitulada *Paraphrasis Christiana*; e outra ainda (o *Encheirídion Christianum*), descoberta por Michel Spanneut no códice *Vaticanus* 2231[13].

O *Encheirídion* foi traduzido pela primeira vez para o latim por Niccolo Perotti (1450[14]), tradução seguida por aquela de Ângelo Poliziano (1479[15]). O texto foi pela primeira vez editado em grego[16] por Haloander em 1529, seguido por Hieronimus Wolff em 156O, edições estas que foram tomadas como parâmetro pelos estudiosos nos dois séculos seguintes. Em 1741 Upton constituiu novo texto[17], e Schweighauser publicou a primeira edição corrigida do texto grego do

---

[13] Cf. SPANNEUT. Épictète chez les moines IN: MSR 29, 1972, p. 49-57.

[14] NICCOLO PEROTTI. *Epicteti enchiridium a Nicolao perotto e graeco in latinum translatum*. Veneza, 145O.

[15] POLIZIANO, A. Epicteti *Stoici Enchiridion et Graeco interpretatum ab Angelo Politiano*. Veneza: J. Anthonium et Fratres de Sabio, 1479.

[16] O *Encheirídion* foi originamente escrito por Arriano em grego *koiné*.

[17] UPTON J. *Epicteti quae supersunt dissertationes ab Arriano collectae nec non Enchiridion et fragmenta Graece et Latine* [...] *cum integris Jacobi Schegkii et Hieronymi Wolfii selectisque aliorum doctorum annotationibus, 2 vol*. Londres: Thomae Woodward, 1741.

Encheirídion em 1798[18]. O próximo a trabalhar na constituição do texto do *Encheirídion* foi Schenkl, cuja edição de 1916 foi adotada pelos estudiosos nas décadas seguintes. Schenkl, porém, após o gigantesco trabalho de estabelecer o texto das *Diatribes*[19], não desejou dedicar-se a fazer uma edição crítica do *Encheirídion*.

Segundo Boter (2007, p. vi), o grande número de manuscritos, as paráfrases cristãs e o *Comentário* de Simplício desencorajaram os estudiosos quanto a constituir tal edição crítica. Essa tarefa foi levada a cabo pelo próprio Gerard Boter em livro publicado em 1999[20].

Boter partiu de sete fontes principais para o estabelecimento do texto do *Encheirídion*:

1. Os códices que contêm o texto do *Encheirídion*;
2. Os códices que contêm o *Comentário* de Simplício;
3. Os títulos contidos em alguns códices do *Comentário* de Simplício;
4. Os títulos suplementares contidos em alguns códices do *Comentário* de Simplício;
5. Os trechos das *Diatribes* dos quais Arriano fez sínteses que adicionou ao *Encheirídion*;
6. Citações do *Encheirídion* feitas por autores antigos de séculos posteriores;
7. As três paráfrases cristãs.

Segundo Boter (2007, p. vii), há exatamente 59 códices contendo o *Encheirídion*, sendo que nenhum deles é anterior ao século XIV. Os códices contendo as paráfrases cristãs são bem mais antigos: alguns datam dos séculos X (*Laurentianus* 55,4 e *Parisinus* gr. 1053) e XI (*Nili Encheiridii Codex Marcianus* gr. 131), o que evidencia que, durante o período bizantino, as

[18] SCHWEIGHAUSER. *Epicteteae Philosophiae Monumenta. 3 vol.* Leipsig: Weidmann, 1798.
[19] SCHENKL H. *Epictetus Dissertationiones Ab Arriani Digestae*. Stutgart, Taubner, 1916.
[20] BOTER, G. *The Encheiridion of Epictetus and its Three Christian Adaptations.* Leiden: Brill, 1999.

paráfrases cristãs despertavam mais interesse que o próprio *Encheirídion de Epicteto*.

Entre os mais antigos códices contendo o *Encheirídion de Epicteto* estão os seguintes: o *Parisinus* suppl. gr. 1164, o *Vaticanus* gr. 1950 (que contém apenas os três primeiros capítulos) e o *Oxoniensis Canonicianus* gr. 23 (que possui apenas fragmentos). Os códices do *Encheirídion de Epicteto* dividem-se em duas famílias: uma que conta apenas com o *Atheniensis* 373 e outra que engloba todos os demais. A primeira família é complementada pelos títulos supridos pelo códice *Vaticanus* gr. 327, no qual se encontra o *Comentário* de Simplício.

Quanto aos códices do *Comentário* de Simplício, remetemos o leitor a I. Hadot, que realizou uma edição crítica de tal obra[21]. Boter observa que Simplício, ao comentar Epicteto, nem sempre é fiel aos termos que este último utiliza, do que se conclui que, embora não se deva negligenciar o testemunho de Simplício, é preciso utilizá-lo com cautela (2007, p. ix).

Quanto aos títulos presentes em alguns códices do *Comentário* de Simplício, Boter informa que, originalmente, apenas o início dos capítulos era posto à frente de cada comentário. Porém, em alguns códices, nos dois primeiros capítulos encontra-se o texto da *Paraphrasis Christiana*; no terceiro, os textos do *Encheirídion* e da *Paraphrasis Christiana* se confundem; e daí em diante aparece somente o texto do *Encheirídion*, cuja fonte é a mesma do códice *Atheniensis* 373.

Além dessas fontes, temos os livros das *Diatribes de Epicteto*, a partir das quais, como já observamos acima, Arriano confeccionou o *Encheirídion*.

Entre os autores posteriores que são fontes para o estabelecimento do texto do *Encheirídion* destaca-se Estobeu, que cita Epicteto abundantemente.

[21] I. HADOT. *Simplicius. Commentaire sur le Manuel d'Épictète, Introduction et édition critique du texte grec*. Leiden: Brill, 1996.

Há também autores patrísticos, entre os séculos II e VI, que tratam do *Encheirídion*, como Eusébio, Ambrósio, Basílio Magno, Dorotheus de Gaza, Procópio de Gaza e Sinésio. Estes últimos autores em nada contribuem para o estabelecimento do *Encheirídion*, exceto no que se refere ao oitavo capítulo, discutido por Basílio, Dorotheus e Procópio.

Entre os neoplatônicos, além de Simplício, são especialmente relevantes os comentários a Platão de Olimpiodoro e Proclo. Também outros autores antigos (como Luciano, Dion Crisóstomo e Antônio Magno) e autores árabes (como Al-Kindi e Ibn Fatik[22]) são utilizados para estabelecer o texto do *Encheirídion.*

Por fim temos as três paráfrases cristãs do *Encheirídion de Epicteto*.

A paráfrase do Pseudo-Nilo, composta em data incerta, foi atribuída a Nilo porque em alguns códices ela aparece entre as obras deste último (cf. códice *Vaticanus Ottobonianus* gr. 25, lavrado entre 1563 e 1564). Seu texto mais antigo encontra-se no códice *Marcianus* gr. 131, lavrado no século XI. Essa paráfrase consiste, na verdade, do *Encheirídion* com uma série de interpolações, sobretudo nos capítulos onde Epicteto afirma teses contrárias à ortodoxia cristã (capítulos 32, 33 e 52). O autor também substitui os *exempla* de Epicteto por nomes cristãos (como "Paulo" no lugar de "Sócrates" no capítulo 51). Também *hoi theoi* (os deuses) é substituído por *ho Theos* (o Deus) ao longo do texto.

Os códices da *Paraphrasis Christiana*, composta algum tempo antes do ano 950, dividem-se em duas famílias, das quais uma consiste somente do códice *Laurentianus* 55.4, e a outra, dos demais.

O códice *Vaticanus* gr. 2231, que contém o único exemplar conhecido do *Encheirídion Christianum* (descoberto, como observamos acima, foi por Spanneut) foi lavrado entre os anos

[22] Cf. JADAANE F. *L'influence du stoicisme sur la pensée musulmane*. Beirute: Dar el-Machreq, 1968.

1337 e 1338.

Seguimos em nossa tradução o texto estabelecido por Boter. Cotejamos nosso trabalho com as melhores traduções disponíveis, dando especial atenção às de Nicholas P. White, Jean-Baptiste Gourinat e Pierre Hadot[23].

Estátua equestre de Marco Aurélio Antonino, imperador de Roma e seguidor de Epicteto (fonte: *noeyiyo.wordpress.com)*

[23] Cf. HADOT, P. *Manuel d'Épictète*. Paris: LGF, 2000; GOURINAT, J. P. *Premières leçons sur Le Manuel d'Épictète*. Paris: PUF, 1998; WHITE, N. P. *Epictetus, The Handbook, the Encheiridion*. Cambridge: Hacket, 1983.

O ENCHEIRÍDION DE EPICTETO

*

Ἐπικτήτου Ἐγχειρίδιον

TRADUÇÃO:

ALDO DINUCCI; ALFREDO JULIEN

ΕΠΙΚΤΗΤΟΥ
ἘΓΧΕΙΡΙΔΙΟΝ.
EPICTETI
ENCHIRIDION.

ΚΕΦ. α.

Τῶν [1] ὄντων τὰ μὲν ἐστιν ἐφ' ἡμῖν, τὰ δὲ οὐκ ἐφ' ἡμῖν. [2] ἐφ' ἡμῖν μὲν ὑπόληψις, [3] ὁρμή, ὄρεξις, ἔκκλισις· καὶ ἑνὶ λόγῳ, [4] ὅσα ἡμέτερα ἔργα. [5] οὐκ ἐφ' ἡμῖν δέ, τὸ σῶμα, [6] ἡ κτῆσις, δόξαι, ἀρχαί. καὶ ἑνὶ λόγῳ, ὅσα οὐχ ἡμέτερα ἔργα.

CAP. I.

Res quædam in potestate nostra sunt, quædam non sunt. In nostra potestate est opinio, appetitio, desiderium, aversatio; &, ut uno complectar verbo, quælibet nostræ actiones. Nostri arbitrii non sunt corpus, pecunia, gloria, imperia: ad summam, ea quæ ipsi non agimus, omnia.

[1] Tribuitur hoc Enchiridion Epicteto, quamvis ipse id non scripserit, sed Arrianus, qui & uberiorem in id commentarium edidit, quo disputationes Epicteti plenius prosequitur. Testatur id Simplicius in præfatione commentarii ad hunc libellum hisce verbis: Τὸ δὲ βιβλίον τοῦτο τὸ Ἐπικτήτου ἐγχειρίδιον ἐπιγεγραμμένον, καὶ τοῦτο αὐτὸς συνέταξεν ὁ Ἀρριανός, [illegible] ἐν φιλοσοφίᾳ, [illegible] τῶν ψυχῶν [illegible] τῶν Ἐπικτήτου λόγων. Hoc est: *Idem Arrianus & hunc libellum, quod Enchiridion inscribitur composuit, delectis ex Epicteti disputationibus philosophiæ locis maxime idoneis ac necessariis, & animos vehementissime permoventibus.* Sneccanus.

[2] Non solùm pugio Græcis hoc nomine vocatur, sed etiam quidquid ad manum est, & in usum promptum & obvium, ut instrumenta quælibet ac vasa ἐγχειρίδια, quæ parata & in manu semper gestanda. Hesychius, Ἐγχειρίδια, [illegible]

A

Et

Epicteti Enchiridium Una Cum Cebetis Thebani Tabula - Edição de 1683 em grego e latim de A. Berkelius. Primeira página.
(*Fonte:* Wikipedia.Org)

[1.1] Τῶν ὄντων τὰ μέν ἐστιν ἐφ' ἡμῖν, τὰ δὲ οὐκ ἐφ' ἡμῖν. ἐφ' ἡμῖν μὲν ὑπόληψις, ὁρμή, ὄρεξις, ἔκκλισις καὶ ἑνὶ λόγῳ ὅσα ἡμέτερα ἔργα· οὐκ ἐφ' ἡμῖν δὲ τὸ σῶμα, ἡ κτῆσις, δόξαι, ἀρχαὶ καὶ ἑνὶ λόγῳ ὅσα οὐχ ἡμέτερα ἔργα. [1.2] καὶ τὰ μὲν ἐφ' ἡμῖν ἐστι φύσει ἐλεύθερα, ἀκώλυτα, παραπόδιστα, τὰ δὲ οὐκ ἐφ' ἡμῖν ἀσθενῆ, δοῦλα, κωλυτά, ἀλλότρια. [1.3] μέμνησο οὖν, ὅτι, ἐὰν τὰ φύσει δοῦλα ἐλεύθερα οἰηθῇς καὶ τὰ ἀλλότρια ἴδια, ἐμποδισθήσῃ, πενθήσεις, ταραχθήσῃ, μέμψῃ καὶ θεοὺς καὶ ἀνθρώπους, ἐὰν δὲ τὸ σὸν μόνον οἰηθῇς σὸν εἶναι, τὸ δὲ ἀλλότριον, ὥσπερ ἐστίν, ἀλλότριον, οὐδείς σε ἀναγκάσει οὐδέποτε, οὐδείς σε κωλύσει, οὐ μέμψῃ οὐδένα, οὐκ ἐγκαλέσεις τινί, ἄκων πράξεις οὐδὲ ἕν, οὐδείς σε βλάψει, ἐχθρὸν οὐχ ἕξεις, οὐδὲ γὰρ βλαβερόν τι πείσῃ. [1.4] τηλικούτων οὖν ἐφιέμενος μέμνησο, ὅτι οὐ δεῖ μετρίως κεκινημένον ἅπτεσθαι αὐτῶν, ἀλλὰ τὰ μὲν ἀφιέναι παντελῶς, τὰ δ' ὑπερτίθεσθαι πρὸς τὸ παρόν. ἐὰν δὲ καὶ ταῦτ' ἐθέλῃς καὶ ἄρχειν καὶ πλουτεῖν, τυχὸν μὲν οὐδ' αὐτῶν τούτων τεύξῃ διὰ τὸ καὶ τῶν προτέρων ἐφίεσθαι, πάντως γε μὴν ἐκείνων ἀποτεύξῃ, δι' ὧν μόνων ἐλευθερία καὶ εὐδαιμονία περιγίνεται. [1.5] εὐθὺς οὖν πάσῃ φαντασίᾳ τραχείᾳ μελέτα ἐπιλέγειν ὅτι 'φαντασία εἶ καὶ οὐ πάντως τὸ φαινόμενον'. ἔπειτα ἐξέταζε αὐτὴν καὶ δοκίμαζε τοῖς κανόσι τούτοις οἷς ἔχεις, πρώτῳ δὲ τούτῳ καὶ μάλιστα, πότερον περὶ τὰ ἐφ' ἡμῖν ἐστιν ἢ περὶ τὰ οὐκ ἐφ' ἡμῖν· κἂν περί τι τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν ᾖ, πρόχειρον ἔστω τὸ διότι 'οὐδὲν πρὸς ἐμέ'.

[1.1] Das coisas existentes, algumas são encargos nossos[1]; outras não. São encargos nossos o juízo[2], o impulso[3], o desejo[4], a repulsa[5] – em suma: tudo quanto seja ação nossa. Não são encargos nossos o corpo, as posses, a reputação, os cargos públicos – em suma: tudo quanto não seja ação nossa. [1.2] Por natureza, as coisas que são encargos nossos são livres[6], desobstruídas[7], sem entraves[8]. As que não são encargos nossos são débeis[9], escravas, obstruídas[10], de outrem[11]. [1.3] Lembra então que, se pensares[12] livres as coisas escravas por natureza e tuas as de outrem, tu te farás entraves[13], tu te afligirás[14], tu te inquietarás[15], censurarás tanto os deuses como os homens. Mas se pensares teu unicamente o que é teu, e o que é de outrem, como o é, de outrem, ninguém jamais te constrangerá[16], ninguém te fará obstáculos, não censurarás ninguém, nem acusarás quem quer que seja, de modo algum agirás constrangido, ninguém te causará dano, não terás inimigos, pois não serás persuadido em relação a nada nocivo. [1.4] Então, almejando coisas de tamanha importância, lembra que é preciso que não te empenhes de modo comedido, mas que abandones completamente algumas coisas e, por ora, deixes outras para depois. Mas se quiseres aquelas coisas e também ter cargos e ser rico, talvez não obtenhas estas duas últimas, por também buscar as primeiras, e absolutamente não atingirás aquelas coisas por meio das quais unicamente resultam a liberdade e a felicidade[17]. [1.5] Então pratica dizer prontamente a toda representação[18] bruta[19]: "És representação e de modo algum <és> o que se afigura"[20]. Em seguida, examina-a e testa-a com essas mesmas regras que possuis, em primeiro lugar e principalmente se é sobre coisas que são encargos nossos ou não. E caso esteja entre as coisas que não sejam encargos nossos, tem à mão que: "Nada é para mim".

[2.1] Μέμνησο, ὅτι ὀρέξεως ἐπαγγελία ἐπιτυχία, οὗ ὀρέγῃ, ἐκκλίσεως ἐπαγγελία τὸ μὴ περιπεσεῖν ἐκείνῳ, ὃ ἐκκλίνεται, καὶ ὁ μὲν <ἐν> ὀρέξει ἀποτυγχάνων ἀτυχής, ὁ δὲ <ἐν> ἐκκλίσει περιπίπτων δυστυχής. ἂν μὲν οὖν μόνα ἐκκλίνῃς τὰ παρὰ φύσιν τῶν ἐπὶ σοί, οὐδενί, ὧν ἐκκλίνεις, περιπεσῇ· νόσον δ' ἂν ἐκκλίνῃς ἢ θάνατον ἢ πενίαν, δυστυχήσεις. [2.2] ἆρον οὖν τὴν ἔκκλισιν ἀπὸ πάντων τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν καὶ μετάθες ἐπὶ τὰ παρὰ φύσιν τῶν ἐφ' ἡμῖν. τὴν ὄρεξιν δὲ παντελῶς ἐπὶ τοῦ παρόντος ἄνελε· ἄν τε γὰρ ὀρέγῃ τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν τινος, ἀτυχεῖν ἀνάγκη τῶν τε ἐφ' ἡμῖν, ὅσων ὀρέγεσθαι καλὸν ἄν, οὐδὲν οὐδέπω σοι πάρεστι. μόνῳ δὲ τῷ ὁρμᾶν καὶ ἀφορμᾶν χρῶ, κούφως καὶ μεθ' ὑπεξαιρέσεως καὶ ἀνειμένως.

[3.1] Ἐφ' ἑκάστου τῶν ψυχαγωγούντων ἢ χρείαν παρεχόντων ἢ στεργομένων μέμνησο ἐπιλέγειν, ὁποῖόν ἐστιν, ἀπὸ τῶν σμικροτάτων ἀρξάμενος· ἂν χύτραν στέργῃς, ὅτι 'χύτραν στέργω'. κατεαγείσης γὰρ αὐτῆς οὐ ταραχθήσῃ· ἂν παιδίον σαυτοῦ καταφιλῇς ἢ γυναῖκα, ὅτι ἄνθρωπον καταφιλεῖς· ἀποθανόντος γὰρ οὐ ταραχθήσῃ.

[2.1] Lembra que o propósito[21] do desejo é obter o que se deseja, <e> o propósito da repulsa é não se deparar com o que se evita[22]. Quem falha no desejo é não-afortunado. Quem se depara com o que evita é desafortunado. Caso, entre as coisas que são teus encargos, somente rejeites as contrárias à natureza[23], não te depararás com nenhuma coisa que evitas. Caso rejeites a doença, a morte ou a pobreza, serás desafortunado. [2.2] Então retira a repulsa de todas as coisas que não sejam encargos nossos e transfere-a para as coisas que, sendo encargos nossos, são contrárias à natureza. Por ora, suspende por completo o desejo, pois se desejares alguma das coisas que não sejam encargos nossos, necessariamente não serás afortunado. Das coisas que são encargos nossos, todas quantas seria belo desejar, nenhuma está ao teu alcance ainda. Assim, faz uso somente do impulso e do refreamento[24], sem excesso, com reserva e sem constrangimento.

[3] Sobre cada uma das coisas que seduzem [25], tanto as que se prestam ao uso quanto as que são amadas[26], lembra de dizer de que qualidade ela é, começando a partir das menores coisas. Caso ames um vaso de argila, [diz] que “Eu amo um vaso de argila”, pois se ele se quebrar, não te inquietarás. Quando beijares ternamente teu filho ou tua mulher, [diz] que beijas um ser humano, pois se morrerem, não te inquietarás.

[4.1] Ὅταν ἅπτεσθαί τινος ἔργου μέλλῃς, ὑπομίμνῃσκε σεαυτόν, ὁποῖόν ἐστι τὸ ἔργον. ἐὰν λουσόμενος ἀπίῃς, πρόβαλλε σεαυτῷ τὰ γινόμενα ἐν βαλανείῳ, τοὺς ἀπορραίνοντας, τοὺς ἐγκρουομένους, τοὺς λοιδοροῦντας, τοὺς κλέπτοντας. καὶ οὕτως ἀσφαλέστερον ἅψῃ τοῦ ἔργου, ἐὰν ἐπιλέγῃς εὐθὺς ὅτι ‘λούσασθαι θέλω καὶ τὴν ἐμαυτοῦ προαίρεσιν κατὰ φύσιν ἔχουσαν τηρῆσαι’. καὶ ὡσαύτως ἐφ' ἑκάστου ἔργου. οὕτω γὰρ ἄν τι πρὸς τὸ λούσασθαι γένηται ἐμποδών, πρόχειρον ἔσται διότι ‘ἀλλ' οὐ τοῦτο ἤθελον μόνον, ἀλλὰ καὶ τὴν ἐμαυτοῦ προαίρεσιν κατὰ φύσιν ἔχουσαν τηρῆσαι· οὐ τηρήσω δέ, ἐὰν ἀγανακτῶ πρὸς τὰ γινόμενα.’

[5.a] Ταράσσει τοὺς ἀνθρώπους οὐ τὰ πράγματα, ἀλλὰ τὰ περὶ τῶν πραγμάτων δόγματα· οἷον θάνατος οὐδὲν δεινόν (ἐπεὶ καὶ Σωκράτει ἂν ἐφαίνετο), ἀλλὰ τὸ δόγμα τὸ περὶ τοῦ θανάτου, διότι δεινόν, ἐκεῖνο τὸ δεινόν ἐστιν. ὅταν οὖν ἐμποδιζώμεθα ἢ ταρασσώμεθα ἢ λυπώμεθα, μηδέποτε ἄλλον αἰτιώμεθα, ἀλλ' ἑαυτούς, τοῦτ' ἔστι τὰ ἑαυτῶν δόγματα.

[5.b] Ἀπαιδεύτου ἔργον τὸ ἄλλοις ἐγκαλεῖν, ἐφ' οἷς αὐτὸς πράσσει κακῶς· ἠργμένου παιδεύεσθαι τὸ ἑαυτῷ· πεπαιδευμένου τὸ μήτε ἄλλῳ μήτε ἑαυτῷ.

[4] Quando estiveres prestes a empreender alguma ação, recorda-te de que qualidade ela é. Se fores aos banhos, considera o que acontece na sala de banho: pessoas que espirram água, empurram, insultam, roubam. Empreenderás a ação com mais segurança se assim disseres prontamente: "Quero banhar-me e manter a minha escolha[27] segundo a natureza". E do mesmo modo para cada ação. Pois se houver algum entrave[28] ao banho, terás à mão que "Eu não queria unicamente banhar-me, mas também manter minha escolha segundo a natureza – e não a manterei se me irritar com os acontecimentos".

[5a] As coisas não inquietam os homens, mas as opiniões sobre as coisas. Por exemplo: a morte nada tem de terrível, ou também a Sócrates teria se afigurado assim, mas é a opinião a respeito da morte – de que ela é terrível – que é terrível! Então, quando se nos apresentarem entraves, ou nos inquietarmos, ou nos afligirmos, jamais consideremos outra coisa a causa, senão nós mesmos – isto é: as nossas próprias opiniões[29].

[5b] É ação de quem não se educou acusar os outros pelas coisas que ele próprio faz erroneamente. De quem começou a se educar, acusar a si próprio. De quem já se educou, não acusar os outros nem a si próprio.

[6.1] Ἐπὶ μηδενὶ ἐπαρθῇς ἀλλοτρίῳ προτερήματι. εἰ ὁ ἵππος ἐπαιρόμενος ἔλεγεν ὅτι ‘καλός εἰμι’, οἰστὸν ἂν ἦν· σὺ δέ, ὅταν λέγῃς ἐπαιρόμενος ὅτι ‘ἵππον καλὸν ἔχω’, ἴσθι, ὅτι ἐπὶ ἵππου ἀγαθῷ ἐπαίρῃ. τί οὖν ἐστι σόν; χρῆσις φαντασιῶν. ὥσθ', ὅταν ἐν χρήσει φαντασιῶν κατὰ φύσιν σχῇς, τηνικαῦτα ἐπάρθητι· τότε γὰρ ἐπὶ σῷ τινι ἀγαθῷ ἐπαρθήσῃ.

[7.1] Καθάπερ ἐν πλῷ τοῦ πλοίου καθορμισθέντος εἰ ἐξέλθοις ὑθρεύσασθαι, ὁδοῦ μὲν πάρεργον καὶ κοχλίδιον ἀναλέξῃ καὶ βολβάριον, τετάσθαι δὲ δεῖ τὴν διάνοιαν ἐπὶ τὸ πλοῖον καὶ συνεχῶς ἐπιστρέφεσθαι, μή τι ὁ κυβερνήτης καλέσῃ, κἂν καλέσῃ, πάντα ἐκεῖνα ἀφιέναι, ἵνα μὴ δεδεμένος ἐμβληθῇς ὡς τὰ πρόβατα· οὕτω καὶ ἐν τῷ βίῳ, ἐὰν διδῶται ἀντὶ βολβαρίου καὶ κοχλιδίου γυναικάριον καὶ παιδίον, οὐδὲν κωλύσει· ἐὰν δὲ ὁ κυβερνήτης καλέσῃ, τρέχε ἐπὶ τὸ πλοῖον ἀφεὶς ἐκεῖνα ἅπαντα μηδὲ ἐπιστρεφόμενος. ἐὰν δὲ γέρων ᾖς, μηδὲ ἀπαλλαγῇς ποτε τοῦ πλοίου μακράν, μή ποτε καλοῦντος ἐλλίπῃς.

[8.1] Μὴ ζήτει τὰ γινόμενα γίνεσθαι ὡς θέλεις, ἀλλὰ θέλε τὰ γινόμενα ὡς γίνεται καὶ εὐροήσεις.

[9.1] Νόσος σώματός ἐστιν ἐμπόδιον, προαιρέσεως δὲ οὔ, ἐὰν μὴ αὐτὴ θέλῃ. χώλανσις σκέλους ἐστὶν ἐμπόδιον, προαιρέσεως δὲ οὔ. καὶ τοῦτο ἐφ' ἑκάστου τῶν ἐμπιπτόντων ἐπίλεγε· εὑρήσεις γὰρ αὐτὸ ἄλλου τινὸς ἐμπόδιον, σὸν δὲ οὔ.

[6] Não te exaltes por nenhuma vantagem de outrem. Se um cavalo dissesse, exaltando-se: “Sou belo”, isso seria tolerável. Mas quando tu, exaltando-te, disseres: “Possuo um belo cavalo”, sabe que te exaltas pelo bem do cavalo. Então o que é teu? O uso das representações. Desse modo, quando utilizares as representações segundo a natureza, aí então te exalta, pois nesse momento te exaltarás por um bem que depende de ti.

[7] Em uma viagem marítima, se saíres para fazer provisão de água quando o navio estiver ancorado, poderás também pegar uma conchinha e um peixinho pelo caminho[30]. Mas é preciso que mantenhas o pensamento fixo sobre o navio, voltando-te continuamente. Que jamais o piloto te chame. E se te chamar, abandona tudo para que não sejas lançado ao navio amarrado como as ovelhas. Assim também é na vida. Não será um obstáculo se ela te der, ao invés de uma conchinha e um peixinho, uma mulherzinha e um filhinho. Mas se o capitão te chamar, corre para o navio, abandonando tudo, sem te voltares para trás. E se fores velho, nunca te afastes muito do navio, para que, um dia, quando o piloto te chamar, não fiques para trás.

[8] Não busques que os acontecimentos aconteçam como queres, mas quere que aconteçam como acontecem, e tua vida terá um curso sereno[31].

[9] A doença é entrave para o corpo, mas não para a escolha[32], se ela não quiser. Claudicar é entrave para as pernas, mas não para a escolha. Diz isso para cada uma das coisas que sucedem contigo, e descobrirás que o entrave é próprio de outra coisa e não teu.

[10.1] Ἐφ' ἑκάστου τῶν προσπιπτόντων μέμνησο ἐπιστρέφων ἐπὶ σεαυτὸν ζητεῖν, τίνα δύναμιν ἔχεις πρὸς τὴν χρῆσιν αὐτοῦ. ἐὰν καλὸν ἴδῃς ἢ καλήν, εὑρήσεις δύναμιν πρὸς ταῦτα ἐγκράτειαν· ἐὰν πόνος προσφέρηται, εὑρήσεις καρτερίαν· ἂν λοιδορία, εὑρήσεις ἀνεξικακίαν. καὶ οὕτως ἐθιζόμενόν σε οὐ συναρπάσουσιν αἱ φαντασίαι.

[11.1] Μηδέποτε ἐπὶ μηδενὸς εἴπῃς ὅτι 'ἀπώλεσα αὐτό', ἀλλ' ὅτι 'ἀπέδωκα'. τὸ παιδίον ἀπέθανεν; ἀπεδόθη. ἡ γυνὴ ἀπέθανεν; ἀπεδόθη. 'τὸ χωρίον ἀφῃρέθην.' οὐκοῦν καὶ τοῦτο ἀπεδόθη. 'ἀλλὰ κακὸς ὁ ἀφελόμενος.' τί δὲ σοὶ μέλει, διὰ τίνος σε ὁ δοὺς ἀπῄτησε; μέχρι δ' ἂν διδῷται, ὡς ἀλλοτρίου αὐτῶν ἐπιμελοῦ, ὡς τοῦ πανδοχείου οἱ παριόντες.

[12.1] Εἰ προκόψαι θέλεις, ἄφες τοὺς τοιούτους ἐπιλογισμούς. 'ἂν ἀμελήσω τᾶν ἐμῶν, οὐχ ἕξω διατροφάς'· 'ἂν μὴ κολάσω τὸν παῖδα, πονηρὸς ἔσται.' κρεῖσσον γὰρ ἐστι λιμῷ ἀποθανεῖν ἄλυπον καὶ ἄφοβον γενόμενον ἢ ζῆν ἐν ἀφθόνοις ταρασσόμενον. κρεῖσσον δὲ τὸν παῖδα κακὸν εἶναι ἢ σὲ κακοδαίμονα. [12.2] ἄρξαι τοιγαροῦν ἀπὸ τῶν σμικρῶν. ἐκχεῖται τὸ ἐλάδιον, κλέπτεται τὸ οἰνάριον· ἐπίλεγε ὅτι 'τοσούτου πωλεῖται ἀπάθεια, τοσούτου ἀταραξία'· προῖκα δὲ οὐδὲν περιγίνεται. ὅταν δὲ καλῇς τὸν παῖδα, ἐνθυμοῦ, ὅτι δύναται μὴ ὑπακοῦσαι, ἤ ὑπακούσας μηδὲν ποιῆσαι ὧν θέλεις· ἀλλ' οὐχ οὕτως ἐστὶν αὐτῷ καλῶς, ἵνα ἐπ' ἐκείνῳ ᾖ τὸ σὲ μὴ ταραχθῆναι.

[10] Quanto a cada uma das coisas que sucedem contigo, lembra, voltando a atenção para ti mesmo, de buscar alguma capacidade que sirva para cada uma delas. Caso vires um belo homem ou uma bela mulher, descobrirás para isso a capacidade do autodomínio. Caso uma tarefa extenuante se apresente, descobrirás a perseverança[33]. Caso a injúria, a paciência. Habituando-te desse modo, as representações não te arrebatarão.

[11] Jamais, a respeito de coisa alguma, digas: "Eu a perdi", mas sim: "Eu a restituí". O filho morreu? Foi restituído. A mulher morreu? Foi restituída. "A propriedade me foi subtraída", então também foi restituída! "Mas quem a subtraiu é mau!" O que te importa por meio de quem aquele que te dá a pede de volta? Na medida em que ele der, faz uso do mesmo modo de quem cuida das coisas de outrem. Do mesmo modo dos que se instalam em uma hospedaria.

[12.1] Se queres progredir[34], abandona pensamentos como estes: "Se eu descuidar dos meus negócios, não terei o que comer", "Se eu não punir o servo, ele se tornará inútil". Pois é melhor morrer de fome, sem aflição e sem medo, que viver inquieto na opulência. É melhor ser mau o servo que tu infeliz. [12.2] Começa a partir das menores coisas. Derrama-se um pouco de azeite? É roubado um pouco de vinho? Diz: "Por esse preço é vendida a ausência de sofrimento"; "Esse é o preço da tranquilidade". Nada vem de graça. Quando chamares o servo, pondera que é possível que ele não venha, ou, se vier, que ele não faça o que queres. Mas a posição dele não é tão boa para que dele dependa a tua tranquilidade.

[13.1] Εἰ προκόψαι θέλεις, ὑπόμεινον ἕνεκα τῶν ἐκτὸς ἀνόητος δόξας καὶ ἠλίθιος, μηδὲν βούλου δοκεῖν ἐπίστασθαι· κἂν δόξῃς τις εἶναί τισιν, ἀπίστει σεαυτῷ. ἴσθι γὰρ ὅτι οὐ ῥᾴδιον τὴν προαίρεσιν τὴν σεαυτοῦ κατὰ φύσιν ἔχουσαν φυλάξαι καὶ τὰ ἐκτός, ἀλλὰ ἀνάγκη τοῦ ἑτέρου ἐπιμελούμενον τοῦ ἑτέρου ἀμελῆσαι.

[14.a] Ἐὰν θέλῃς τὰ τέκνα σου καὶ τὴν γυναῖκα καὶ τοὺς φίλους πάντως ζῆν, ἠλίθιος εἶ· τὰ γὰρ μὴ ἐπὶ σοὶ θέλεις ἐπὶ σοὶ εἶναι καὶ τὰ ἀλλότρια σὰ εἶναι. οὕτω κἂν τὸν παῖδα θέλῃς μὴ ἁμαρτάνειν, μωρὸς εἶ· θέλεις γὰρ τὴν κακίαν μὴ εἶναι κακίαν, ἀλλ' ἄλλο τι. ἂν δὲ θέλῃς ὀρεγόμενος μὴ ἀποτυγχάνειν, τοῦτο δύνασαι. τοῦτο οὖν ἄσκει, ὃ δύνασαι.
[14.b] Κύριος ἑκάστου ἐστὶν ὁ τῶν ὑπ' ἐκείνου θελομένων ἢ μὴ θελομένων ἔχων τὴν ἐξουσίαν εἰς τὸ περιποιῆσαι ἢ ἀφελέσθαι. ὅστις οὖν ἐλεύθερος εἶναι βούλεται, μήτε θελέτω τι μήτε φευγέτω τι τῶν ἐπ' ἄλλοις· εἰ δὲ μή, δουλεύειν ἀνάγκη.

[15.1] Μέμνησο, ὅτι ὡς ἐν συμποσίῳ σε δεῖ ἀναστρέφεσθαι. περιφερόμενον γέγονέ τι κατὰ σέ· ἐκτείνας τὴν χεῖρα κοσμίως μετάλαβε. παρέρχεται· μὴ κάτεχε. οὔπω ἥκει· μὴ ἐπίβαλλε πόρρω τὴν ὄρεξιν, ἀλλὰ περίμενε, μέχρις ἂν γένηται κατὰ σέ. οὕτω πρὸς τέκνα, οὕτω πρὸς γυναῖκα, οὕτω πρὸς ἀρχάς, οὕτω πρὸς πλοῦτον· καὶ ἔσῃ ποτὲ ἄξιος τῶν θεῶν συμπότης. ἂν δὲ καὶ παρατεθέντων σοι μὴ λάβῃς, ἀλλ' ὑπερίδῃς, τότε οὐ μόνον συμπότης τῶν θεῶν ἔσῃ, ἀλλὰ καὶ συνάρχων. οὕτω γὰρ ποιῶν Διογένης καὶ Ἡράκλειτος καὶ οἱ ὅμοιοι ἀξίως θεῖοί τε ἦσαν καὶ ἐλέγοντο.

[13] Se queres progredir, conforma-te em parecer insensato e tolo quanto às coisas exteriores. Não pretendas parecer saber coisa alguma. E caso pareceres ser alguém <importante> para alguns, desconfia de ti mesmo, pois sabe que não é fácil guardar a tua escolha[35], mantendo-a segundo a natureza, e, <ao mesmo tempo>, as coisas exteriores, mas necessariamente quem cuida de uma descuida da outra.

[14a] Se quiseres que teus filhos, tua mulher e teus amigos vivam para sempre, és tolo, pois queres que as coisas que não são teus encargos sejam encargos teus; como também que as coisas de outrem sejam tuas. Do mesmo modo, se quiseres que o servo não cometa faltas, és insensato, pois queres que o vício não seja o vício, mas outra coisa. Mas se quiseres não falhar em teus desejos, isso tu podes. Então exercita o que tu podes.

[14b] O senhor de cada um é quem possui o poder de conservar ou afastar as coisas desejadas ou não desejadas por cada um. Então, quem quer que deseje ser livre, nem queira, nem evite o que dependa de outros. Senão, necessariamente será escravo.

[15] Lembra que é preciso que te comportes como em um banquete. Uma iguaria que está sendo servida chega a ti? Estendendo a mão, toma a tua parte disciplinadamente[36]. Passa ao largo? Não a persigas. Ainda não chegou? Não projetes o desejo, mas espera até que venha a ti. <Age> do mesmo modo em relação aos teus filhos, à tua mulher, aos cargos, à riqueza, e um dia serás um valoroso conviva dos deuses. Porém, se não tomares as coisas mesmo quando sejam colocadas diante de ti, mas as desdenhares, nesse momento não somente serás um conviva dos deuses, mas governarás com eles. <Agindo> dessa maneira, Diógenes, Heráclito e seus semelhantes foram, por mérito, divinos, e assim foram chamados.

[16.1] Ὅταν κλαίοντα ἴδῃς τινὰ ἐν πένθει ἢ ἀποδημοῦντος τέκνου ἢ ἀπολωλεκότα τὰ ἑαυτοῦ, πρόσεχε μή σε ἡ φαντασία συναρπάσῃ ὡς ἐν κακοῖς ὄντος αὐτοῦ τοῖς ἐκτός, ἀλλ' εὐθὺς ἔστω πρόχειρον ὅτι ‘τοῦτον θλίβει οὐ τὸ συμβεβηκός (ἄλλον γὰρ οὐ θλίβει), ἀλλὰ τὸ δόγμα τὸ περὶ τούτων’. μέχρι μέντοι λόγου μὴ ὄκνει συμπεριφέρεσθαι αὐτῷ, κἂν οὕτω τύχῃ, καὶ συνεπιστενάξαι· πρόσεχε μέντοι μὴ καὶ ἔσωθεν στενάξῃς.

[17.1] Μέμνησο, ὅτι ὑποκριτὴς εἶ δράματος, οἵου ἂν θέλῃ ὁ διδάσκαλος· ἂν βραχύ, βραχέος· ἂν μακρόν, μακροῦ· ἂν πτωχὸν ὑποκρίνασθαί σε θέλῃ, ἵνα καὶ τοῦτον εὐφυῶς ὑποκρίνῃ ἂν χωλόν, ἂν ἄρχοντα, ἂν ἰδιώτην. σὸν γὰρ τοῦτ' ἔστι, τὸ δοθὲν πρόσωπον ὑποκρίνασθαι καλῶς· ἐκλέξασθαι δ' αὐτὸ ἄλλου.

[18.1] Κόραξ ὅταν μὴ αἴσιον κεκράγῃ, μὴ συναρπαζέτω σε ἡ φαντασία· ἀλλ' εὐθὺς διαίρει παρὰ σεαυτῷ καὶ λέγε ὅτι ‘τούτων ἐμοὶ οὐδὲν ἐπισημαίνεται, ἀλλ' ἢ τῷ σωματίῳ μου ἢ τῷ κτησειδίῳ μου ἢ τῷ δοξαρίῳ μου ἢ τοῖς τέκνοις ἢ τῇ γυναικί. ἐμοὶ δὲ πάντα αἴσια σημαίνεται, ἐὰν ἐγὼ θέλω· ὅ τι γὰρ ἂν τούτων ἀποβαίνῃ, ἐπ' ἐμοί ἐστιν ὠφεληθῆναι ἀπ' αὐτοῦ’.

[16] Quando vires alguém aflito, chorando pela ausência do filho ou pela perda de suas coisas, toma cuidado para que a representação de que ele esteja envolto em males externos não te arrebate, mas tem prontamente à mão que não é o acontecimento que o oprime (pois este não oprime outro), mas sim a opinião sobre <o acontecimento>. No entanto, não hesites em solidarizar-te com ele com tuas palavras e, caso caiba, em lamentar-te junto. Mas toma cuidado para também não gemeres por dentro.

[17] Lembra que és um ator de uma peça teatral, tal como o quer o autor <da peça>. Se ele a quiser breve, breve será. Se ele a quiser longa, longa será. Se ele quiser que interpretes o papel de mendigo, é para que interpretes esse papel com talento. <E, da mesma forma,> se <ele quiser que interpretes o papel> de coxo, de magistrado, de homem comum[37]. Pois isto é teu: interpretar belamente o papel que te é dado – mas escolhê-lo, cabe a outro.

[18] Quando um corvo crocitar maus auspícios, que a representação não te arrebate, mas prontamente efetua a distinção[38] e diz: “Isso nada significa para mim, mas ou ao meu pequenino corpo, ou às minhas pequeninas coisas, ou à minha reputaçãozinha, ou aos meus filhos, ou à minha mulher. Se eu quiser, todas as coisas significam bons auspícios para mim – pois se alguma dessas coisas ocorrer, beneficiar-me delas depende de mim”.

[19.a] Ἀνίκητος εἶναι δύνασαι, ἐὰν εἰς μηδένα ἀγῶνα καταβαίνῃς, ὃν οὐκ ἔστιν ἐπὶ σοὶ νικῆσαι.

[19.b] ὅρα μή ποτε ἰδών τινα προτιμώμενον ἢ μέγα δυνάμενον ἢ ἄλλως εὐδοκιμοῦντα μακαρίσῃς, ὑπὸ τῆς φαντασίας συναρπασθείς. ἐὰν γὰρ ἐν τοῖς ἐφ' ἡμῖν ἡ οὐσία τοῦ ἀγαθοῦ ᾖ, οὔτε φθόνος οὔτε ζηλοτυπία χώραν ἔχει· σύ τε αὐτὸς οὐ στρατηγός, οὐ πρύτανις ἢ ὕπατος εἶναι θελήσεις, ἀλλ' ἐλεύθερος. μία δὲ ὁδὸς πρὸς τοῦτο, καταφρόνησις τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν.

[20.1] Μέμνησο, ὅτι οὐχ ὁ λοιδορῶν ἢ ὁ τύπτων ὑβρίζει, ἀλλὰ τὸ δόγμα τὸ περὶ τούτων ὡς ὑβριζόντων. ὅταν οὖν ἐρεθίσῃ σέ τις, ἴσθι, ὅτι ἡ σή σε ὑπόληψις ἠρέθικε. τοιγαροῦν ἐν πρώτοις πειρῶ ὑπὸ τῆς φαντασίας μὴ συναρπασθῆναι· ἂν γὰρ ἅπαξ χρόνου καὶ διατριβῆς τύχῃς, ῥᾷον κρατήσεις σεαυτοῦ.

[21.1] Θάνατος καὶ φυγὴ καὶ πάντα τὰ δεινὰ φαινόμενα πρὸ ὀφθαλμῶν ἔστω σοι καθ' ἡμέραν, μάλιστα δὲ πάντων ὁ θάνατος· καὶ οὐδὲν οὐδέποτε οὔτε ταπεινὸν ἐνθυμηθήσῃ οὔτε ἄγαν ἐπιθυμήσεις τινός.

[19a] Podes ser invencível se não te engajares em lutas nas quais vencer não depende de ti.

[19b] Ao veres alguém preferido em honras, ou muito poderoso, ou mais estimado, presta atenção para que jamais creias – arrebatado pela representação – que ele seja feliz[39]. Pois se a essência do bem está nas coisas que são encargos nossos, não haverá espaço nem para a inveja, nem para o ciúme. Tu mesmo não irás querer ser nem general, nem prítane ou cônsul, mas homem livre. E o único caminho para isso é desprezar o que não é encargo nosso.

[20] Lembra que não é insolente quem ofende ou agride, mas sim a opinião segundo a qual ele é insolente. Então, quando alguém te provocar, sabe que é o teu juízo que te provocou. Portanto, em primeiro lugar, tenta não ser arrebatado pela representação: uma vez que ganhares tempo e prazo, mais facilmente serás senhor de ti mesmo.[40]

[21] Que estejam diante dos teus olhos, a cada dia, a morte, o exílio e todas as coisas que se afiguram terríveis, sobretudo a morte. Assim, jamais ponderarás coisas abjetas, nem aspirarás à[41] coisa alguma excessivamente.

[22.1] Εἰ φιλοσοφίας ἐπιθυμεῖς, παρασκευάζου αὐτόθεν ὡς καταγελασθησόμενος, ὡς καταμωκησομένων σου πολλῶν, ὡς ἐρούντων ὅτι 'ἄφνω φιλόσοφος ἡμῖν ἐπανελήλυθε' καὶ 'πόθεν ἡμῖν αὕτη ἡ ὀφρύς;' σὺ δὲ ὀφρὺν μὲν μὴ σχῇς· τῶν δὲ βελτίστων σοι φαινομένων οὕτως ἔχου, ὡς ὑπὸ τοῦ θεοῦ τεταγμένος εἰς ταύτην τὴν χώραν· μέμνησό τε διότι, ἐὰν μὲν ἐμμείνῃς τοῖς αὐτοῖς, οἱ καταγελῶντές σου τὸ πρότερον οὗτοί σε ὕστερον θαυμάσονται, ἐὰν δὲ ἡττηθῇς αὐτῶν, διπλοῦν προσλήψῃ καταγέλωτα.

[23.1] Ἐάν ποτέ σοι γένηται ἔξω στραφῆναι πρὸς τὸ βούλεσθαι ἀρέσαι τινί, ἴσθι ὅτι ἀπώλεσας τὴν ἔνστασιν. ἀρκοῦ οὖν ἐν παντὶ τῷ εἶναι φιλόσοφος εἰ δὲ καὶ δοκεῖν βούλει, σαυτῷ φαίνου καὶ ἱκανὸς ἔσῃ.

[22] Se aspiras à filosofia, prepara-te, a partir de agora – para quando te ridicularizarem; para quando rirem de ti; para quando indagarem: “Subitamente ele nos volta filósofo?” e “De onde vem essa gravidade no olhar?[42]” Não adquiras tal gravidade no olhar, mas, como quem é designado a esse posto pela divindade, agarra-te às coisas que se afiguram as melhores para ti. Lembra que, se te prenderes a essas mesmas coisas, os que primeiro rirem de ti depois te admirarão. Mas se te deixares vencer por eles, receberás as risadas em dobro.

[23] Se alguma vez te voltares para as coisas exteriores por desejares agradar alguém, sabe que perdeste o rumo. Basta que sejas filósofo em todas as circunstâncias. Mas se desejares também parecer <filósofo>, exibe-te para ti mesmo – será o suficiente.

[24.1] Οὗτοί σε οἱ διαλογισμοὶ μὴ θλιβέτωσαν ‘ἄτιμος ἐγὼ βιώσομαι καὶ οὐδεὶς οὐδαμοῦ’. εἰ γὰρ ἡ ἀτιμία ἐστὶ κακόν, οὐ δύνασαι ἐν κακῷ εἶναι δι' ἄλλον, οὐ μᾶλλον ἢ ἐν αἰσχρῷ· μή τι οὖν σόν ἐστιν ἔργον τὸ ἀρχῆς τυχεῖν ἢ παραληφθῆναι ἐφ' ἑστίασιν; οὐδαμῶς. πῶς οὖν ἔτι τοῦτ' ἔστιν ἀτιμία; πῶς δὲ οὐδεὶς οὐδαμοῦ ἔσῃ, ὃν ἐν μόνοις εἶναί τινα δεῖ τοῖς ἐπὶ σοί, ἐν οἷς ἔξεστί σοι εἶναι πλείστου ἀξίῳ; [24.2] ἀλλά σοι οἱ φίλοι ἀβοήθητοι ἔσονται. τί λέγεις τὸ ἀβοήθητοι; οὐχ ἕξουσι παρὰ σοῦ κερμάτιον· οὐδὲ πολίτας Ῥωμαίων αὐτοὺς ποιήσεις. τίς οὖν σοι εἶπεν, ὅτι ταῦτα τῶν ἐφ' ἡμῖν ἐστιν, οὐχὶ δὲ ἀλλότρια ἔργα; τίς δὲ δοῦναι δύναται ἑτέρῳ, ἃ μὴ ἔχει αὐτός; ‘κτῆσαι οὖν’, φησίν, ‘ἵνα ἡμεῖς ἔχωμεν’. [24.3] εἰ δύναμαι κτήσασθαι τηρῶν ἐμαυτὸν αἰδήμονα καὶ πιστὸν καὶ μεγαλόφρονα, δείκνυε τὴν ὁδὸν καὶ κτήσομαι. εἰ δ' ἐμὲ ἀξιοῦτε τὰ ἀγαθὰ τὰ ἐμαυτοῦ ἀπολέσαι, ἵνα ὑμεῖς τὰ μὴ ἀγαθὰ περιποιήσησθε, ὁρᾶτε ὑμεῖς, πῶς ἄνισοί ἐστε καὶ ἀγνώμονες. τί δὲ καὶ βούλεσθε μᾶλλον; ἀργύριον ἢ φίλον πιστὸν καὶ αἰδήμονα; εἰς τοῦτο οὖν μοι μᾶλλον συλλαμβάνετε καὶ μή, δι' ὧν ἀποβαλῶ αὐτὰ ταῦτα, ἐκεῖνά με πράσσειν ἀξιοῦτε. [24.4] ‘ἀλλ' ἡ πατρίς, ὅσον ἐπ' ἐμοί’, φησίν, ‘ἀβοήθητος ἔσται’. πάλιν, ποίαν καὶ ταύτην βοήθειαν; στοὰς οὐχ ἕξει διὰ σὲ οὔτε βαλανεῖα. καὶ τί τοῦτο; οὐδὲ γὰρ ὑποδήματα ἔχει διὰ τὸν χαλκέα οὐδ' ὅπλα διὰ τὸν σκυτέα· ἱκανὸν δέ, ἐὰν ἕκαστος ἐκπληρώσῃ τὸ ἑαυτοῦ ἔργον. εἰ δὲ ἄλλον τινὰ αὐτῇ κατεσκεύαζες πολίτην πιστὸν καὶ αἰδήμονα, οὐδὲν ἂν αὐτὴν ὠφέλεις; ‘ναί.’ οὐκοῦν οὐδὲ σὺ αὐτὸς ἀνωφελὴς ἂν εἴης αὐτῇ. [24.5] ‘τίνα οὖν ἕξω’, φησί, ‘χώραν ἐν τῇ πόλει;’ ἣν ἂν δύνῃ φυλάττων ἅμα τὸν πιστὸν καὶ αἰδήμονα. εἰ δὲ ἐκείνην ὠφελεῖν βουλόμενος ἀποβαλεῖς ταῦτα, τί ὄφελος ἂν αὐτῇ γένοιο ἀναιδὴς καὶ ἄπιστος ἀποτελεσθείς;

[24.1] Que estes raciocínios não te oprimam: “Viverei sem ser honrado e ninguém serei em parte alguma”. Pois se a falta de honra[43] é um mal – como o é –, não se pode ficar em mau estado por causa de outro, não mais do que em situação vergonhosa. É ação tua obter um cargo público ou ser convidado para um banquete? De modo algum. Como então <não obter um cargo ou não ser convidado para um banquete> é ser desonrado? Como também não serás ninguém se é preciso que sejas alguém unicamente em relação às coisas sob teu encargo, coisas nas quais podes ser do mais alto valor? [24.2] Mas teus amigos ficarão desamparados? Desamparados! Dizes isso em relação a que? Não terão de ti uns trocados, nem os farás cidadãos de Roma? Quem te disse que essas coisas estão sob teu encargo e não são ações de outrem? Quem é capaz dar a outro o que ele mesmo não possui? “Obtém posses”, diz <alguém>, “para que também nós as tenhamos”. [24.3] Se eu puder obter posses mantendo-me digno, leal e magnânimo, indicai-me o caminho e eu as obterei. Mas se credes digno que eu perca meus bens – os que me são próprios – para que conserveis coisas que não são bens, atentai como sois iníquos e ignorantes. O que desejais mais: dinheiro ou um amigo leal e digno? Ajudai-me sobretudo nisso e não creiais ter valor que eu faça coisas pelas quais rejeitaria o que é propriamente meu. [24.4] “Mas a pátria”, diz <alguém>, “no que depender de mim, estará desamparada”. Pelo contrário, pois de que tipo seria esse amparo? <A pátria> não terá por teu intermédio pórticos nem banhos públicos? E daí? Pois não há sandálias por intermédio do ferreiro nem armas por intermédio do sapateiro, mas basta que cada um cumpra a ação que lhe é própria. Se forneceres <para a pátria> outro cidadão leal e digno em nada a beneficiarias? Sim. Então tu mesmo não serias inútil à pátria. [24.5] “Que lugar”, diz <alguém>, “terei na cidade?” O que te for possível, mantendo-te, ao mesmo tempo, leal e digno. Mas se, desejando beneficiar a cidade, rejeitares essas qualidades, que benefício serias para <a cidade> tornando-te indigno e desleal?

[25.1] Προετιμήθη σού τις ἐν ἑστιάσει ἢ ἐν προσαγορεύσει ἢ ἐν τῷ παραληφθῆναι εἰς συμβουλίαν; εἰ μὲν ἀγαθὰ ταῦτά ἐστι, χαίρειν σε δεῖ, ὅτι ἔτυχεν αὐτῶν ἐκεῖνος· εἰ δὲ κακά, μὴ ἄχθου, ὅτι σὺ αὐτῶν οὐκ ἔτυχες· μέμνησο δέ, ὅτι οὐ δύνασαι μὴ ταὐτὰ ποιῶν πρὸς τὸ τυγχάνειν τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν τῶν ἴσων ἀξιοῦσθαι. [25.2] πῶς γὰρ ἴσον ἔχειν δύναται ὁ μὴ φοιτῶν ἐπὶ θύρας τινὸς τῷ φοιτῶντι; ὁ μὴ παραπέμπων τῷ παραπέμποντι; ὁ μὴ ἐπαινῶν τῷ ἐπαινοῦντι, ἄδικος οὖν ἔσῃ καὶ ἄπληστος, εἰ μὴ προϊέμενος ταῦτα, ἀνθ' ὧν ἐκεῖνα πιπράσκεται, προῖκα αὐτὰ βουλήσῃ λαμβάνειν. [25.3] ἀλλὰ πόσου πιπράσκονται θρίδακες; ὀβολοῦ, ἂν οὕτω τύχῃ. ἂν οὖν τις προέμενος τὸν ὀβολὸν λάβῃ θρίδακας, σὺ δὲ μὴ προέμενος μὴ λάβῃς, μὴ οἴου ἔλαττον ἔχειν τοῦ λαβόντος. ὡς γὰρ ἐκεῖνος ἔχει θρίδακας, οὕτω σὺ τὸν ὀβολόν, ὃν οὐκ ἔδωκας. [25.4] τὸν αὐτὸν τρόπον καὶ ἐνταῦθα. οὐ παρεκλήθης ἐφ' ἑστίασίν τινος; οὐ γὰρ ἔδωκας τῷ καλοῦντι, ὅσου πωλεῖ τὸ δεῖπνον. ἐπαίνου δ' αὐτὸ πωλεῖ, θεραπείας πωλεῖ. δὸς τὸ διάφορον, εἰ σοι λυσιτελεῖ, ὅσου πωλεῖται. εἰ δὲ κἀκεῖνα θέλεις μὴ προϊεσθαι καὶ ταῦτα λαμβάνειν, ἄπληστος εἶ καὶ ἀβέλτερος. [25.5] οὐδὲν οὖν ἔχεις ἀντὶ τοῦ δείπνου; ἔχεις μὲν οὖν τὸ μὴ ἐπαινέσαι τοῦτον, ὃν οὐκ ἤθελες, τὸ μὴ ἀνασχέσθαι αὐτοῦ τῶν ἐπὶ τῆς εἰσόδου.

[25.1] Se alguém receber maiores honras do que tu em um banquete, em uma saudação ou ao ser acolhido no conselho, e se essas coisas forem um bem, é preciso alegrar-te por ele as ter obtido. Mas se forem males, não sofras porque não as obtiveste. Lembra que não podes – se não agires para obter coisas que não são encargos nossos – merecer uma parte igual <à dos que agem para obtê-las>. [25.2] Pois como quem não vai periodicamente à porta de alguém pode obter o mesmo que quem vai? Quem acompanha, o mesmo que quem não acompanha? Quem elogia, o mesmo que quem não elogia? Serias injusto e insaciável se, não pagando o preço pelo qual aquelas coisas são vendidas, desejasses obtê-las gratuitamente. [25.3] Por quanto é vendida uma alface? Que custe um óbolo! Então quem dispensa o óbolo toma a alface, e tu, que não o dispensaste, não a tomas. Não penses ter menos do que quem a tomou, pois do mesmo modo que ele possui a alface, tu possuis o óbolo que não entregaste. [25.4] Assim também é neste caso: não foste convidado para o banquete de alguém, pois não deste ao anfitrião a quantia pela qual ele vende a refeição. Ele a vende por elogios, por obséquios. Se te é vantajoso, paga o preço pelo qual ela é vendida. Mas se queres não pagar por ela e obtê-la, és insaciável e estúpido. [25.5] Então nada tens no lugar do repasto? Com certeza! Não terás que elogiar quem não queres, nem aturar os que estão diante da porta dele.

[26.1] Τὸ βούλημα τῆς φύσεως καταμαθεῖν ἔστιν ἐξ ὧν οὐ διαφερόμεθα πρὸς ἀλλήλους. οἷον, ὅταν ἄλλου παιδάριον κατεάξῃ ποτήριον, πρόχειρον εὐθὺς ὅτι ‘τῶν γινομένων ἐστίν’. ἴσθι οὖν, ὅτι, ὅταν καὶ τὸ σὸν κατεαγῇ, τοιοῦτον εἶναί σε δεῖ, ὁποῖον ὅτε καὶ τὸ τοῦ ἄλλου κατάγη. οὕτω μετατίθει καὶ ἐπὶ τὰ μείζονα. τέκνον ἄλλου τέθνηκεν ἢ γυνή; οὐδείς ἐστιν ὃς οὐκ ἂν εἴποι ὅτι ‘ἀνθρώπινον’· ἀλλ' ὅταν τὸ αὐτοῦ τινος ἀποθάνῃ, εὐθὺς ‘οἴμοι, τάλας ἐγώ’. ἐχρῆν δὲ μεμνῆσθαι, τί πάσχομεν περὶ ἄλλων αὐτὸ ἀκούσαντες.

[27.1] Ὥσπερ σκοπὸς πρὸς τὸ ἀποτυχεῖν οὐ τίθεται, οὕτως οὐδὲ κακοῦ φύσις ἐν κόσμῳ γίνεται.

[28.1] Εἰ μὲν τὸ σῶμά σού τις ἐπέτρεπε τῷ ἀπαντήσαντι, ἠγανάκτεις ἄν· ὅτι δὲ σὺ τὴν γνώμην σεαυτοῦ ἐπιτρέπεις τῷ τυχόντι, ἵνα, ἐὰν λοιδορήσηταί σοι, ταραχθῇ ἐκείνη καὶ συγχυθῇ, οὐκ αἰσχύνῃ τούτου ἕνεκα;

[26] Aprende-se o propósito da natureza a partir do que não discordamos uns dos outros. Por exemplo: quando o servo de outrem quebra um copo, tem-se prontamente à mão que “Isso acontece”. Então, se o teu copo se quebrar, sabe que é preciso que ajas tal como quando o copo de outro se quebra. Do mesmo modo, transfere isso também para as coisas mais importantes. Morre o filho ou a mulher de outro? Não há quem não diga: “É humano”. Mas, quando morre o próprio <filho ou a própria mulher>, diz-se prontamente: “Ó desafortunado que sou!” É preciso que lembremos como nos sentimos quando ouvimos a mesma coisa acerca dos outros.

[27] Do mesmo modo que um alvo não é fixado para não ser atingido, assim também a natureza do mal não existe no cosmos.

[28] Se alguém entregasse teu corpo a quem chegasse, tu te irritarias. E por que entregas teu pensamento[44] a quem quer que apareça, para que, se ele te insultar, teu pensamento se inquiete e se confunda? Não te envergonhas por isso?

[29.1] Ἑκάστου ἔργου σκόπει τὰ καθηγούμενα καὶ τὰ ἀκόλουθα αὐτοῦ καὶ οὕτως ἔρχου ἐπ' αὐτό. εἰ δὲ μή, τὴν μὲν πρώτην προθύμως ἥξεις ἅτε μηδὲν τῶν ἑξῆς ἐντεθυμημένος, ὕστερον δὲ ἀναφανέντων δυσχερῶν τινῶν αἰσχρῶν ἀποστήσῃ. [29.2] θέλεις Ὀλύμπια νικῆσαι; κἀγώ, νὴ τοὺς θεούς· κομψὸν γάρ ἐστιν. ἀλλὰ σκόπει τὰ καθηγούμενα καὶ τὰ ἀκόλουθα καὶ οὕτως ἅπτου τοῦ ἔργου. δεῖ σ' εὐτακτεῖν, ἀναγκοτροφεῖν, ἀπέχεσθαι πεμμάτων, γυμνάζεσθαι πρὸς ἀνάγκην, ἐν ὥρᾳ τεταγμένῃ, ἐν καύματι, ἐν ψύχει, μὴ ψυχρὸν πίνειν, μὴ οἶνον, ὡς ἔτυχεν, ἁπλῶς ὡς ἰατρῷ παραδεδωκέναι σεαυτὸν τῷ ἐπιστάτῃ, εἶτα ἐν τῷ ἀγῶνι παρέρχεσθαι, ἔστι δὲ ὅτε χεῖρα βαλεῖν, σφυρὸν στρέψαι, πολλὴν ἁφὴν καταπιεῖν, ἔσθ' ὅτε μαστιγωθῆναι καὶ μετὰ τούτων πάντων νικηθῆναι. [29.3] ταῦτα ἐπισκεψάμενος, ἂν ἔτι θέλῃς, ἔρχου ἐπὶ τὸ ἀθλεῖν. εἰ δὲ μή, ὡς τὰ παιδία ἀναστραφήσῃ, ἃ νῦν μὲν παλαιστὰς παίζει, νῦν δὲ μονομάχους, νῦν δὲ σαλπίζει, εἶτα τραγῳδεῖ· οὕτω καὶ σὺ νῦν μὲν ἀθλητής, νῦν δὲ μονομάχος, εἶτα ῥήτωρ, εἶτα φιλόσοφος, ὅλῃ δὲ τῇ ψυχῇ οὐδέν· ἀλλ' ὡς πίθηκος πᾶσαν θέαν ἐὰν ἴδῃς, μιμῇ καὶ ἄλλο ἐξ ἄλλου σοι ἀρέσκει. οὐ γὰρ μετὰ σκέψεως ἦλθες ἐπί τι οὐδὲ περιοδεύσας, ἀλλ' εἰκῇ καὶ κατὰ ψυχρὰν ἐπιθυμίαν. [29.4] οὕτω θεασάμενοί τινες φιλόσοφον καὶ ἀκούσαντες οὕτω τινὸς λέγοντος, ὡς εὖ Σωκράτης λέγει (καίτοι τίς οὕτω δύναται εἰπεῖν, ὡς ἐκεῖνος;), θέλουσι καὶ αὐτοὶ φιλοσοφεῖν.

[29.1] A respeito de cada ação, examina o que a antecede e o que a sucede e então a empreende. Senão, primeiro te entusiasmarás e, por não teres ponderado sobre as consequências, depois, quando estas se mostrarem vergonhosas, desistirás. [29.2] Queres vencer os Jogos Olímpicos? Também eu, pelos deuses, pois é uma coisa bela. Mas examina o que antecede e o que segue <tal vitória> e então empreende a ação. É preciso ser disciplinado, submeter-se a regime alimentar, abster-se de guloseimas, exercitar-se obrigatoriamente na hora determinada (tanto no calor como no frio), não beber água gelada nem vinho, mesmo que ocasionalmente. Em suma, <é preciso> confiar-se ao treinador como ao médico. Depois, <é preciso> lançar-se à luta e, por vezes, machucar as mãos, torcer o tornozelo e engolir muita areia. Às vezes, tanto ser fustigado quanto, depois de tudo isso, ser vencido. [29.3] Tendo examinado essas coisas, caso ainda queiras, torna-te atleta. Senão, do mesmo modo que as crianças se comportam (ora elas brincam de lutador, ora de gladiador, ora tocam trombetas, depois encenam uma tragédia), também tu serás ora atleta, ora gladiador, depois orador, em seguida filósofo, mas nada <serás> com tua alma toda. Como um macaco, imitarás tudo o que vires. Uma coisa após a outra te agradará, pois nada empreenderás após exame e investigação, mas <agirás> ao acaso e sem ardor. [29.4] Alguns, ao contemplarem e ouvirem um filósofo (um desses que falam bem como Sócrates – e, de fato, quem é capaz de falar como ele?), querem também eles próprios ser filósofos.

[29.5] ἄνθρωπε, πρῶτον ἐπίσκεψαι, ὁποῖόν ἐστι τὸ πρᾶγμα· εἶτα καὶ τὴν σεαυτοῦ φύσιν κατάμαθε, εἰ δύνασαι βαστάσαι. πένταθλος εἶναι βούλει ἢ παλαιστής; ἴδε σεαυτοῦ τοὺς βραχίονας, τοὺς μηρούς, τὴν ὀσφὺν κατάμαθε. [29.6] ἄλλος γὰρ πρὸς ἄλλο πέφυκε. δοκεῖς, ὅτι ταῦτα ποιῶν ὡσαύτως δύνασαι ἐσθίειν, ὡσαύτως πίνειν, ὁμοίως ὀργίζεσθαι, ὁμοίως δυσαρεστεῖν; ἀγρυπνῆσαι δεῖ, πονῆσαι, ἀπὸ τῶν οἰκείων ἀπελθεῖν, ὑπὸ παιδαρίου καταφρονηθῆναι, ὑπὸ τῶν ἁπάντων καταγελασθῆναι, ἐν παντὶ ἧττον ἔχειν, ἐν τιμῇ, ἐν ἀρχῇ, ἐν δίκῃ, ἐν πραγματίῳ παντί. [29.7] ταῦτα ἐπίσκεψαι. εἰ θέλεις ἀντικαταλλάξασθαι τούτων ἀπάθειαν, ἐλευθερίαν, ἀταραξίαν· εἰ δὲ μή, μὴ πρόσαγε. μὴ ὡς τὰ παιδία νῦν φιλόσοφος, ὕστερον δὲ τελώνης, εἶτα ῥήτωρ, εἶτα ἐπίτροπος Καίσαρος. ταῦτα οὐ συμφωνεῖ. ἕνα σε δεῖ ἄνθρωπον ἢ ἀγαθὸν ἢ κακὸν εἶναι· ἢ τὸ ἡγεμονικόν σε δεῖ ἐξεργάζεσθαι τὸ σαυτοῦ ἢ τὸ ἐκτὸς ἢ περὶ τὰ ἔσω φιλοτεχνεῖν ἢ περὶ τὰ ἔξω· τοῦτ' ἔστιν ἢ φιλοσόφου τάξιν ἐπέχειν ἢ ἰδιώτου.

[30.1] Τὰ καθήκοντα ὡς ἐπίπαν ταῖς σχέσεσι παραμετρεῖται. πατήρ ἐστιν· ὑπαγορεύεται ἐπιμελεῖσθαι, παραχωρεῖν ἁπάντων, ἀνέχεσθαι λοιδοροῦντος, παίοντος. ‘ἀλλὰ πατὴρ κακός ἐστι’. μή τι οὖν πρὸς ἀγαθὸν πατέρα φύσει ᾠκειώθης; ἀλλὰ πρὸς πατέρα. ‘ὁ ἀδελφὸς ἀδικεῖ.’ τήρει τοιγαροῦν τὴν τάξιν τὴν σεαυτοῦ πρὸς αὐτὸν μηδὲ σκόπει, τί ἐκεῖνος ποιεῖ, ἀλλὰ τί σοὶ ποιήσαντι κατὰ φύσιν ἕξει ἡ σὴ προαίρεσις· σὲ γὰρ ἄλλος οὐ βλάψει, ἂν μὴ σὺ θέλῃς· τότε δὲ ἔσῃ βεβλαμμένος, ὅταν ὑπολάβῃς βλάπτεσθαι. οὕτως οὖν ἀπὸ τοῦ πολίτου, ἀπὸ τοῦ γείτονος, ἀπὸ τοῦ στρατηγοῦ τὸ καθῆκον εὑρήσεις, ἐὰν τὰς σχέσεις ἐθίζῃ θεωρεῖν.

[29.5] Homem! Examina primeiro de que qualidade é a coisa, depois observa a tua própria natureza para saber se a podes suportar. Desejas ser pentatleta ou lutador? Olha teus braços e coxas. Observa teus flancos, [29.6] pois cada um nasceu para uma coisa. Crês que, <sendo filósofo>[45], podes comer do mesmo modo, beber do mesmo modo, ter regras e falta de humor semelhantes? É preciso que faças vigílias, que suportes fadigas, que te afastes da tua família, que sejas desprezado pelos servos, que todos riam de ti, que tenhas a menor parte em tudo: nas honras, nos cargos públicos, nos tribunais, em todo tipo de assunto de pequena monta. [29.7] Examina essas coisas se queres receber em troca delas a ausência de sofrimento, a liberdade e a tranquilidade. Caso contrário, não te envolvas. Não sejas, como as crianças, agora filósofo, depois cobrador de impostos, em seguida orador, depois procurador de César. Essas coisas não combinam. É preciso que sejas um homem, bom ou mal. É preciso que cultives a tua própria faculdade diretriz ou as coisas exteriores. É preciso que assumas ou a arte acerca das coisas interiores ou acerca das exteriores. Isto é: que assumas ou o posto de filósofo ou o de homem comum.

[30] As ações convenientes são, em geral, medidas pelas relações. É teu pai? Isso implica que cuides dele; que cedas em tudo; que o toleres quando te insulta, quando te bate. Mas ele é um mau pai? De modo algum, pela natureza, estás unido a um bom pai, mas a um pai. “<Meu> irmão é injusto”. Mantém o teu próprio posto em relação a ele. Não examines o que ele faz, mas o que te é dado fazer, e a tua escolha estará segundo a natureza. Pois se não quiseres, outro não te causará dano, mas sofrerás dano quando supuseres ter sofrido dano. Deste modo então descobrirás as ações convenientes para com o vizinho, para com o cidadão, para com o general: se te habituares a considerar as relações.

[31.1] Τῆς περὶ τοὺς θεοὺς εὐσεβείας ἴσθι ὅτι τὸ κυριώτατον ἐκεῖνό ἐστιν, ὀρθὰς ὑπολήψεις περὶ αὐτῶν ἔχειν ὡς ὄντων καὶ διοικούντων τὰ ὅλα καλῶς καὶ δικαίως καὶ σαυτὸν εἰς τοῦτο κατατεταχέναι, τὸ πείθεσθαι αὐτοῖς καὶ εἴκειν πᾶσι τοῖς γινομένοις καὶ ἀκολουθεῖν ἑκόντα ὡς ὑπὸ τῆς ἀρίστης γνώμης ἐπιτελουμένοις. οὕτω γὰρ οὐ μέμψῃ ποτὲ τοὺς θεοὺς οὔτε ἐγκαλέσεις ὡς ἀμελούμενος. [31.2] ἄλλως δὲ οὐχ οἷόν τε τοῦτο γίνεσθαι, ἐὰν μὴ ἄρῃς ἀπὸ τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν καὶ ἐν τοῖς ἐφ' ἡμῖν μόνοις θῇς τὸ ἀγαθὸν καὶ τὸ κακόν. ὡς, ἄν γέ τι ἐκείνων ὑπολάβῃς ἀγαθὸν ἢ κακόν, πᾶσα ἀνάγκη, ὅταν ἀποτυγχάνῃς ὧν θέλεις καὶ περιπίπτῃς οἷς μὴ θέλεις, μέμψασθαί σε καὶ μισεῖν τοὺς αἰτίους. [31.3] πέφυκε γὰρ πρὸς τοῦτο πᾶν ζῷον τὰ μὲν βλαβερὰ φαινόμενα καὶ τὰ αἴτια αὐτῶν φεύγειν καὶ ἐκτρέπεσθαι, τὰ δὲ ὠφέλιμα καὶ τὰ αἴτια αὐτῶν μετιέναι τε καὶ τεθαυμακέναι. ἀμήχανον οὖν βλάπτεσθαί τινα οἰόμενον χαίρειν τῷ δοκοῦντι βλάπτειν, ὥσπερ καὶ τὸ αὐτῇ τῇ βλάβῃ χαίρειν ἀδύνατον. [31.4] ἔνθεν καὶ πατὴρ ὑπὸ υἱοῦ λοιδορεῖται, ὅταν τῶν δοκούντων ἀγαθῶν εἶναι τῷ παιδὶ μὴ μεταδιδῷ· καὶ Ἐτεοκλέα καὶ Πολυνείκην τοῦτ' ἐποίησε, τὸ ἀγαθὸν οἴεσθαι τὴν τυραννίδα. διὰ τοῦτο καὶ ὁ γεωργὸς λοιδορεῖ τοὺς θεούς, διὰ τοῦτο ὁ ναύτης, διὰ τοῦτο ὁ ἔμπορος, διὰ τοῦτο οἱ τὰς γυναῖκας καὶ τὰ τέκνα ἀπολλύντες. ὅπου γὰρ τὸ συμφέρον, ἐπεῖ καὶ τὸ εὐσεβές. ὥστε ὅστις ἐπιμελεῖται τοῦ ὀρέγεσθαι ὡς δεῖ καὶ ἐκκλίνειν, ἐν τῷ αὐτῷ καὶ εὐσεβείας ἐπιμελεῖται. [31.5] σπένδειν δὲ καὶ θύειν καὶ ἀπάρχεσθαι κατὰ τὰ πάτρια ἑκάστοις προσήκει καθαρῶς καὶ μὴ ἐπισεσυρμένως μηδὲ ἀμελῶς μηδέ γε γλίσχρως μηδὲ ὑπὲρ δύναμιν.

[31.1] Quanto à piedade em relação aos deuses, sabe que o mais importante é o seguinte: que possuas juízos corretos sobre eles (que eles existem e governam todas as coisas de modo belo e justo) e que te disponhas a obedecê-los e a aceitar todos os acontecimentos, seguindo-os voluntariamente como realizações da mais elevada inteligência. Assim, não censurarás jamais os deuses, nem os acusarás de terem te esquecido. [31.2] Mas isso só é possível se tirares o bem e o mal das coisas que não são encargos nossos e os colocares nas únicas coisas que são encargos nossos. Pois se supuseres boas ou más algumas das coisas que não são encargos nossos, é absolutamente necessário – quando não atingires as que queres, ou te deparares com as que não queres – que censures e odeies os responsáveis. [31.3] Pois é natural a todo vivente evitar e afastar-se das coisas que se afiguram nocivas e de suas causas, como também buscar e admirar as coisas benéficas e suas causas. Então é inconcebível que alguém, pensando sofrer algum dano, alegre-se com o que lhe parece danoso. Do mesmo modo, também, é impossível que se alegre com o próprio dano. [31.4] Daí também isto: um pai é ofendido pelo filho quando não partilha com este as coisas que a este parecem boas. Polinices e Eteocles também agiram assim, por acreditarem que a tirania fosse um bem[46]. Em razão disso, o camponês insulta os deuses, bem como o marinheiro, o comerciante, os que perdem as mulheres e os filhos. Pois aí onde está o interesse, aí também está a piedade. Quem cuida do desejo e da repulsa como se deve cuida também, do mesmo modo, da piedade. [31.5] Convém fazer libações, sacrifícios e oferecer primícias, segundo os costumes ancestrais de cada um, mas de modo puro, não de modo indolente, nem descuidado, nem mesquinho, nem acima da própria capacidade.

[32.1] Ὅταν μαντικῇ προσίῃς, μέμνησο, ὅτι, τί μὲν ἀποβήσεται, οὐκ οἶδας, ἀλλὰ ἥκεις ὡς παρὰ τοῦ μάντεως αὐτὸ πευσόμενος, ὁποῖον δέ τι ἐστίν, εἰδὼς ἐλήλυθας, εἴπερ εἶ φιλόσοφος. εἰ γάρ ἐστί τι τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν, πᾶσα ἀνάγκη μήτε ἀγαθὸν αὐτὸ εἶναι μήτε κακόν. [32.2] μὴ φέρε οὖν πρὸς τὸν μάντιν ὄρεξιν ἢ ἔκκλισιν (εἰ δὲ μή τρέμων αὐτῷ πρόσει), ἀλλὰ διεγνωκώς, ὅτι πᾶν τὸ ἀποβησόμενον ἀδιάφορον καὶ οὐδὲν πρὸς σέ, ὁποῖον δἂν ᾖ (ἔσται γάρ αὐτῷ χρήσασθαι καλῶς καὶ τοῦτο οὐθεὶς κωλύσει)– θαῤῥῶν οὖν ὡς ἐπὶ συμβούλους ἔρχου τοὺς θεούς· καὶ λοιπόν, ὅταν τί σοι συμβουλευθῇ, μέμνησο τίνας συμβούλους παρέλαβες καὶ τίνων παρακούσεις ἀπειθήσας. [32.3] ἔρχου δὲ ἐπὶ τὸ μαντεύεσθαι, καθάπερ ἠξίου Σωκράτης, ἐφ' ὧν ἡ πᾶσα σκέψις τὴν ἀναφορὰν εἰς τὴν ἔκβασιν ἔχει καὶ οὔτε ἐκ λόγου οὔτε ἐκ τέχνης τινὸς ἄλλης ἀφορμαὶ δίδονται πρὸς τὸ συνιδεῖν τὸ προκείμενον· ὥστε, ὅταν δεήσῃ συγκινδυνεῦσαι φίλῳ ἢ πατρίδι, μὴ μαντεύεσθαι, εἰ συγκινδυνευτέον. καὶ γὰρ ἂν προείπῃ σοι ὁ μάντις φαῦλα γεγονέναι τὰ ἱερά, δῆλον ὅτι θάνατος σημαίνεται ἢ πήρωσις μέρους τινὸς τοῦ σώματος ἢ φυγή· ἀλλ' αἱρεῖ ὁ λόγος καὶ σὺν τούτοις παρίστασθαι τῷ φίλῳ καὶ τῇ πατρίδι συγκινδυνεύειν. τοιγαροῦν τῷ μείζονι μάντει πρόσεχε, τῷ Πυθίῳ, ὃς ἐξέβαλε τοῦ ναοῦ τὸν οὐ βοηθήσαντα ἀναιρουμένῳ τῷ φίλῳ.

[32.1] Quando recorreres à divinação, lembra que não sabes o que está por vir, mas vais ao adivinho para seres informado sobre isso. Vais sabendo, já que és filósofo, qual é a qualidade do que está por vir: se for algo que não seja encargo nosso, é absolutamente necessário que não seja nem um bem, nem um mal. [32.2] Então não leves ao adivinho desejo ou repulsa, senão te apresentarás tremendo diante dele. Mas, discernindo que tudo o que vier é indiferente, e nada (seja o que for) se refere a ti, pois poderás fazer bom uso <do acontecimento> (e isso ninguém te impedirá), vai, confiante, aos deuses, <vendo-os> como <teus> conselheiros. Além disso, quando algo te for aconselhado, lembra quais conselheiros tu acolhes e quais, desobedecendo, recusarás ouvir. [32.3] Consulta o oráculo do mesmo modo que Sócrates julgava ter valor: para os casos nos quais o exame como um todo se refere às consequências, e os pontos de partida para conhecer o assunto não são dados nem pela razão, nem por alguma outra arte. Assim, quando precisares compartilhar um perigo com o amigo ou com a pátria, não consultes o oráculo se deves compartilhar o perigo. Pois se o adivinho anunciar maus presságios, é evidente que isso significa ou a morte, ou a perda de alguma parte do corpo, ou o exílio. Mas a razão te impele, mesmo nessas situações, a ficar ao lado do amigo ou da pátria e expor-te ao perigo. Portanto, dá atenção ao maior dos adivinhos, Apolo Pítico, que expulsou do templo o homem que não socorreu o amigo que estava sendo assassinado[47].

[33.1] Τάξον τινὰ ἤδη χαρακτῆρα σαυτῷ καὶ τύπον, ὃν φυλάξεις ἐπί τε σεαυτοῦ ὢν καὶ ἀνθρώποις ἐντυγχάνων. [33.2] σιωπὴ τὸ πολὺ ἔστω ἢ λαλείσθω τὰ ἀναγκαῖα καὶ δι' ὀλίγων. σπανίως δέ ποτε καιροῦ παρακαλοῦντος ἐπὶ τὸ λέγειν τι ἥξομεν, ἀλλὰ περὶ οὐδενὸς τῶν τυχόντων· μὴ περὶ μονομαχιῶν, μὴ περὶ ἱπποδρομιῶν, μὴ περὶ ἀθλητῶν, μὴ περὶ βρωμάτων ἢ πομάτων, τῶν ἑκασταχοῦ λεγομένων, μάλιστα δὲ μὴ περὶ ἀνθρώπων ψέγοντα ἢ ἐπαινοῦντα ἢ συγκρίνοντα. [33.3] ἂν μὲν οὖν οἷός τε ᾖς, μετάγαγε τοῦς σοῦς λόγους καὶ τοὺς τῶν συνόντων ἐπὶ τὸ προσῆκον. εἰ δὲ ἐν ἀλλοφύλοις ἀποληφθεὶς τύχοις, σιώπα. [33.4] γέλως μὴ πολὺς ἔστω μηδὲ ἐπὶ πολλοῖς μηδὲ ἀνειμένος. [33.5] ὅρκον παραίτησαι, εἰ μὲν οἷόν τε, εἰς ἅπαν, εἰ δὲ μή, ἐκ τῶν ἐνόντων. [33.6] ἑστιάσεις τὰς ἔξω καὶ ἰδιωτικὰς διακρούου· ἐὰν δέ ποτε γένηται καιρός, ἐντετάσθω σοι ἡ προσοχή, μή ποτε ἄρα ὑπορρυῇς εἰς ἰδιωτισμόν. ἴσθι γάρ, ὅτι, ἐὰν ὁ ἑταῖρος ᾖ μεμολυσμένος, καὶ τὸν συναναστριβόμενον αὐτῷ μολύνεσθαι ἀνάγκη, κἂν αὐτὸς ὢν τύχῃ καθαρός. [33.7] τὰ περὶ τὸ σῶμα μέχρι τῆς χρείας ψιλῆς παραλάμβανε, οἷον τροφάς, πόμα, ἀμπεχόνην, οἰκίαν, οἰκετίαν· τὸ δὲ πρὸς δόξαν ἢ τρυφὴν ἅπαν περίγραφε. [33.8] περὶ ἀφροδίσια εἰς δύναμιν πρὸ γάμου καθαρευτέον· ἁπτομένῳ δὲ ὧν νόμιμόν ἐστι μεταληπτέον. μὴ μέντοι ἐπαχθὴς γίνου τοῖς χρωμένοις μηδὲ ἐλεγκτικός· μηδὲ πολλαχοῦ τὸ ὅτι αὐτὸς οὐ χρῇ, παράφερε. [33.9] ἐάν τίς σοι ἀπαγγείλῃ ὅτι ὁ δεῖνά σε κακῶς λέγει, μὴ ἀπολογοῦ πρὸς τὰ λεχθέντα, ἀλλ' ἀποκρίνου διότι ‘ἠγνόει γὰρ τὰ ἄλλα τὰ προσόντα μοι κακά, ἐπεὶ οὐκ ἂν ταῦτα μόνα ἔλεγεν’.

[33.1] Fixa, a partir de agora, um caráter e um padrão para ti próprio, que guardarás quando estiveres sozinho, ou quando te encontrares com outros. [33.2] Na maior parte do tempo, fica em silêncio, ou, com poucas palavras, fala o que é necessário. Raramente, quando a ocasião pedir, fala algo, mas não sobre coisa ordinária: nada sobre lutas de gladiadores, corridas de cavalos, nem sobre atletas, nem sobre comidas ou bebidas – assuntos falados por toda parte. Sobretudo não fales sobre os homens, recriminando-os, ou elogiando-os, ou comparando-os. [33.3] Então, se fores capaz, conduz a tua conversa e a dos que estão contigo para o que é conveniente. Porém, se te encontrares isolado em meio a estranhos, guarda silêncio. [33.4] Não rias muito, nem sobre muitas coisas, nem de modo descontrolado. [33.5] Recusa-te a fazer juramentos, se possível por completo; senão, na medida do possível. [33.6] Põe de lado os banquetes de estranhos e de homens comuns, mas se um dia surgir uma ocasião propícia, mantém-te atento e jamais caias na vulgaridade. Pois sabe que, quando o companheiro for impuro, quem convive com ele necessariamente se torna impuro, mesmo que, por acaso, esteja puro. [33.7] Acolhe as coisas relativas ao corpo na medida da simples necessidade: alimentos, bebidas, vestimenta, serviçais – mas exclui por completo a ostentação ou o luxo. [33.8] Quanto aos prazeres de Afrodite[48], deves preservar-te ao máximo até o casamento, mas se te engajares neles, é preciso tomá-los conforme o costume. No entanto, não sejas grave nem crítico com os que fazem uso deles, nem anuncies repetidamente que tu próprio não o fazes. [33.9] Se te disserem que alguém, maldosamente, falou coisas terríveis de ti, não te defendas das coisas ditas, mas responde que “Ele desconhece meus outros defeitos, ou não mencionaria somente esses”.

[33.10] εἰς τὰ θέατρα τὸ πολὺ παριέναι οὐκ ἀναγκαῖον. εἰ δέ ποτε καιρὸς εἴη, μηδενὶ ἄλλῳ σπουδάζων φαίνου ἢ σεαυτῷ, τοῦτ' ἔστι. θέλε γίνεσθαι μόνα τὰ γινόμενα καὶ νικᾶν μόνον τὸν νικῶντα· οὕτω γὰρ οὐκ ἐμποδισθήσῃ. βοῆς δὲ καὶ τοῦ ἐπιγελᾶν τινι ἢ ἐπὶ πολὺ συγκινεῖσθαι παντελῶς ἀπέχου. καὶ μετὰ τὸ ἀπαλλαγῆναι μὴ πολλὰ περὶ τῶν γεγενημένων διαλέγου, ὅσα μὴ φέρει πρὸς τὴν σὴν ἐπανόρθωσιν· ἐμφαίνεται γὰρ ἐκ τοῦ τοιούτου, ὅτι ἐθαύμασας τὴν θέαν. [33.11] εἰς ἀκροάσεις τινῶν μὴ εἰκῇ μηδὲ ῥᾳδίως πάριθι· παριὼν δὲ τὸ σεμνὸν καὶ τὸ εὐσταθὲς καὶ ἅμα ἀνεπαχθὲς φύλασσε. [33.12] ὅταν τινὶ μέλλῃς συμβαλλεῖν, μάλιστα τῶν ἐν ὑπεροχῇ δοκούντων, πρόβαλλε σεαυτῷ, τί ἂν ἐποίησεν ἐν τούτῳ Σωκράτης ἢ Ζήνων, καὶ οὐκ ἀπορήσεις τοῦ χρήσασθαι προσηκόντως τῷ ἐμπεσόντι. [33.13] ὅταν φοιτᾷς πρός τινα τῶν μέγα δυναμένων, πρόβαλε, ὅτι οὐχ εὑρήσεις αὐτὸν ἔνδον, ὅτι ἀποκλεισθήσῃ, ὅτι ἐντιναχθήσονταί σοι αἱ θύραι, ὅτι οὐ φροντιεῖ σου. κἂν σὺν τούτοις ἐλθεῖν καθήκῃ, ἐλθὼν φέρε τὰ γινόμενα καὶ μηδέποτε εἴπῃς αὐτὸς πρὸς σεαυτὸν ὅτι 'οὐκ ἦν τοσούτου'· ἰδιωτικὸν γὰρ καὶ διαβεβλημένον πρὸς τὰ ἐκτός. [33.14] ἐν ταῖς ὁμιλίαις ἀπέστω τὸ σαυτοῦ τινων ἔργων ἢ κινδύνων ἐπὶ πολὺ καὶ ἀμέτρως μεμνῆσθαι. οὐ γάρ, ὡς σοὶ ἡδύ ἐστι τὸ τῶν σῶν κινδύνων μεμνῆσθαι, οὕτω καὶ τοῖς ἄλλοις ἡδύ ἐστι τὸ τῶν σοὶ συμβεβηκότων ἀκούειν. [33.15] ἀπέστω δὲ καὶ τὸ γέλωτα κινεῖν· ὀλισθηρὸς γὰρ ὁ τρόπος εἰς ἰδιωτισμὸν καὶ ἅμα ἱκανὸς τὴν αἰδῶ τὴν πρὸς σὲ τῶν πλησίον ἀνιέναι. [33.16] ἐπισφαλὲς δὲ καὶ τὸ εἰς αἰσχρολογίαν ἐμπεσεῖν. ὅταν οὖν τι συμβῇ τοιοῦτον, ἂν μὲν εὔκαιρον ᾖ, καὶ ἐπίπληξον τῷ προελθόντι· εἰ δὲ μή, τῷ γε ἀποσιωπῆσαι καὶ ἐρυθριᾶσαι καὶ σκυθρωπάσαι δῆλος γίνου δυσχεραίνων τῷ λόγῳ.

[33.10] Não é necessário ir frequentemente aos espetáculos, mas se surgir uma ocasião propícia, não mostres preocupação com ninguém senão contigo mesmo – isto é: quere que aconteçam somente as coisas que acontecerem e que vença somente o vencedor, pois assim tu não te farás entraves. E abstém-te por completo de gritar, rir de alguém ou comover-te. Uma vez tendo saído do espetáculo, não fales muito sobre o que lá se passou, na medida em que <isso> não leva à tua correção, pois, a partir de tal <ação>, será evidente que admiraste o espetáculo. [33.11] Nem ao acaso, nem prontamente vás às palestras dos outros, mas se fores, guarda <um caráter> ao mesmo tempo reverente, equilibrado e cordial. [33.12] Quando fores te encontrar com alguém – sobretudo algum entre os que parecem proeminentes – indaga a ti mesmo o que Sócrates ou Zenão fariam em tais circunstâncias, e não te faltarão meios para agir convenientemente. [33.13] Quando fores encontrar alguém do grupo dos muito poderosos, considera <a possibilidade> de que não o acharás em casa; de que serás impedido de entrar; de que as portas se fecharão para ti; de que ele não te dará atenção. E se ainda assim for conveniente ir, vai. Mas suporta os acontecimentos e jamais digas a ti mesmo: "Isso não vale tanto". Pois orientar-se pelas coisas exteriores é próprio do homem comum. [33.14] Nas conversas, desiste de lembrar, frequente e desmedidamente, as tuas ações e aventuras perigosas, pois não é prazeroso para os outros ouvir as coisas que te aconteceram quanto te é lembrá-las. [33.15] Desiste também de provocar risadas, pois tal atitude resvala na vulgaridade, como também pode fazer com que os teus próximos percam o respeito por ti. [33.16] Encetar conversas vergonhosas é perigoso. Quando isso ocorrer, se a ocasião for propícia, repreende quem se comporta assim; se <a ocasião> não <for propícia>, mostra, por meio do silêncio, do rubor e de um ar sombrio, que estás descontente com a conversa.

[34.1] Ὅταν ἡδονῆς τινος φαντασίαν λάβῃς, καθάπερ ἐπὶ τῶν ἄλλων, φύλασσε σεαυτόν, μὴ συναρπασθῇς ὑπ' αὐτῆς· ἀλλ' ἐκδεξάσθω σε τὸ πρᾶγμα, καὶ ἀναβολήν τινα παρὰ σεαυτοῦ λάβε. ἔπειτα μνήσθητι ἀμφοτέρων τῶν χρόνων, καθ' ὅν τε ἀπολαύσεις τῆς ἡδονῆς, καὶ καθ' ὃν ἀπολαύσας ὕστερον μετανοήσεις καὶ αὐτὸς σεαυτῷ λοιδορήσῃ· καὶ τούτοις ἀντίθες ὅπως ἀποσχόμενος χαιρήσεις καὶ ἐπαινέσεις αὐτὸς σεαυτόν. ἂν δέ εὔκαιρον φανῇ ἅψασθαι τοῦ ἔργου, πρόσεχε μὴ ἡττήσῃ σε τὸ προσηνὲς αὐτοῦ καὶ ἀγωγόν· ἀλλ' ἀντιτίθει, πόσῳ ἄμεινον τὸ συνειδέναι σεαυτῷ ταύτην τὴν νίκην νενικηκότι.

[35.1] Ὅταν τι διαγνούς, ὅτι ποιητέον ἐστί, ποιῇς, μηδέποτε φύγῃς ὀφθῆναι πράσσων αὐτό, κἂν ἀλλοῖόν τι μέλλωσιν οἱ πολλοὶ περὶ αὐτοῦ ὑπολαμβάνειν. εἰ μὲν γὰρ οὐκ ὀρθῶς ποιεῖς, αὐτὸ τὸ ἔργον φεῦγε· εἰ δὲ ὀρθῶς, τί φοβῇ τοὺς ἐπιπλήξοντας οὐκ ὀρθῶς;

[36.1] Ὡς τὸ ‘ἡμέρα ἐστί’ καὶ ‘νύξ ἐστι’ πρὸς μὲν τὸ διεζευγμένον μεγάλην ἔχει ἀξίαν, πρὸς δὲ τὸ συμπεπλεγμένον ἀπαξίαν, οὕτω καὶ τὸ τὴν μείζω μερίδα ἐκλέξασθαι πρὸς μὲν τὸ σῶμα ἐχέτω ἀξίαν, πρὸς δὲ <τὸ> τὸ κοινωνικὸν ἐν ἑστιάσει, οἷον δεῖ, φυλάξαι, ἀπαξίαν ἔχει. ὅταν οὖν συνεσθίῃς ἑτέρῳ, μέμνησο, μὴ μόνον τὴν πρὸς τὸ σῶμα ἀξίαν τῶν παρακειμένων ὁρᾶν, ἀλλὰ καὶ τὴν πρὸς τὸν ἑστιάτορα αἰδῶ φυλάξαι.

[37.1] Ἐὰν ὑπὲρ δύναμιν ἀναλάβῃς τι πρόσωπον, καὶ ἐν τούτῳ ἠσχημόνησας καί, ὃ ἠδύνασο ἐκπληρῶσαι, παρέλιπες.

[34] Quando apreenderes a representação de algum prazer – ou de alguma outra coisa – guarda-te e não sejas arrebatado por ela. Que o assunto te espere: concede um tempo para ti mesmo. Lembra então destes dois momentos: um, no qual desfrutarás o prazer, e outro posterior, no qual, tendo-o desfrutado, tu te arrependerás e criticarás a ti mesmo. Compara então com esses dois momentos o quanto, abstendo-te <desse prazer>, tu te alegrarás e elogiarás a ti próprio. Porém, caso a ocasião propícia para empreender a ação se apresente, toma cuidado! Que não te vençam sua doçura e sua sedução. Compara isso ao quão melhor será para ti teres a ciência da obtenção da vitória.

[35] Quando discernires que deves fazer alguma coisa, faz. Jamais evites ser visto fazendo-a, mesmo que a maioria suponha algo diferente sobre <a ação>. Pois se não fores agir corretamente, evita a própria ação. Mas se <fores agir> corretamente, por que temer os que te repreenderão incorretamente?

[36] Assim como "É dia" e "É noite" possuem pleno valor quando em uma proposição disjuntiva, mas não em uma conjuntiva, assim também tomar a maior parte <da comida> tem valor para o corpo, mas não o valor comunitário que é preciso observar em um banquete. Quando então comeres com alguém, lembra de não veres somente o valor para o corpo dos pratos postos à tua frente, mas que também é preciso que guardes o respeito para com o anfitrião.

[37] Se aceitares um papel além de tua capacidade, tanto perderás a compostura quanto deixarás de lado aquele que é possível que bem desempenhes.

[38.1] Ἐν τῷ περιπατεῖν καθάπερ προσέχεις, μὴ ἐπιβῇς ἥλῳ ἢ στρέψῃς τὸν πόδα, οὕτω πρόσεχε, μὴ καὶ τὸ ἡγεμονικὸν βλάψῃς τὸ σεαυτοῦ. καὶ τοῦτο ἂν ἐφ' ἑκάστου ἔργου παραφυλάσσωμεν, ἀσφαλέστερον ἁψόμεθα τοῦ ἔργου.

[39.1] Μέτρον κτήσεως τὸ σῶμα ἑκάστῳ ὡς ὁ ποὺς ὑποδήματος. ἐὰν μὲν οὖν ἐπὶ τούτου στῇς, φυλάξεις τὸ μέτρον· ἐὰν δὲ ὑπερβῇς, ὡς κατὰ κρημνοῦ λοιπὸν ἀνάγκη φέρεσθαι· καθάπερ καὶ ἐπὶ τοῦ ὑποδήματος, ἐὰν ὑπὲρ τὸν πόδα ὑπερβῇς, γίνεται κατάχρυσον ὑπόδημα, εἶτα πορφυροῦν, κεντητόν. τοῦ γὰρ ἅπαξ ὑπὲρ τὸ μέτρον ὅρος οὐθείς ἐστιν.

[40.1] Αἱ γυναῖκες εὐθὺς ἀπὸ τεσσαρεσκαίδεκα ἐτῶν ὑπὸ τῶν ἀνδρῶν κυρίαι καλοῦνται. τοιγαροῦν ὁρῶσαι ὅτι ἄλλο μὲν οὐδὲν αὐταῖς πρόσεστι, μόνον δὲ συγκοιμῶνται τοῖς ἀνδράσιν, ἄρχονται καλλωπίζεσθαι καὶ ἐν τούτῳ πάσας ἔχειν τὰς ἐλπίδας. προσέχειν οὖν ἄξιον, ἵνα αἴσθωνται, ὅτι ἐπ' οὐδενὶ ἄλλῳ τιμῶνται ἢ τῷ κόσμιαι φαίνεσθαι καὶ αἰδήμονες.

[41.1] Ἀφυΐας σημεῖον τὸ ἐνδιατρίβειν τοῖς περὶ τὸ σῶμα, οἷον ἐπὶ πολὺ γυμνάζεσθαι, ἐπὶ πολὺ ἐσθίειν, ἐπὶ πολὺ πίνειν, ἐπὶ πολὺ ἀποπατεῖν, ὀχεύειν. ἀλλὰ ταῦτα μὲν ἐν παρέργῳ ποιητέον· περὶ δὲ τὴν γνώμην ἡ πᾶσα ἔστω ἐπιστροφή.

[38] Do mesmo modo que, ao caminhares, tomas cuidado para que não pises em um prego ou não torças o pé, assim também toma cuidado para que não causes dano à tua faculdade diretriz. Se guardarmos atentamente essa regra, nós empreenderemos cada ação com mais segurança.

[39] O corpo é a medida das posses de cada um, como o pé o é da sandália. Se te fixares nisso, guardarás a medida. Mas se fores além, necessariamente cairás no abismo. E assim, igualmente, a respeito da sandália. Se fores muito além do pé[49], ela torna-se dourada, em seguida púrpura, depois bordada, pois, uma vez ultrapassada a medida, não há mais limite algum.

[40] As mulheres, logo após os seus quatorze anos, são chamadas de senhoras pelos homens. Vendo assim que nenhuma outra coisa lhes cabe, exceto se deitarem com eles, começam a se embelezar, e nisso depositam todas as esperanças. É importante então que cuidemos para que percebam que por nenhuma outra coisa são honradas, senão por se apresentarem disciplinadas e dignas[50].

[41] É sinal de incapacidade ocupar-se com as coisas do corpo, tal como exercitar-se muito, comer muito, beber muito, evacuar muito, copular muito. É preciso fazer essas coisas como algo secundário: que a atenção seja toda para o pensamento.

[42.1] Ὅταν σέ τις κακῶς ποιῇ ἢ κακῶς λέγῃ, μέμνησο, ὅτι καθήκειν αὐτῷ οἰόμενος ποιεῖ ἢ λέγει. οὐχ οἷόν τε οὖν ἀκολουθεῖν αὐτὸν τῷ σοὶ φαινομένῳ, ἀλλὰ τῷ ἑαυτῷ, ὥστε, εἰ κακῶς φαίνεται, ἐκεῖνος βέβλαπτεται, ὅσπερ καὶ ἐξηπάτηται. καὶ γὰρ τὸ ἀληθὲς συμπεπλεγμένον ἄν τις ὑπολάβῃ ψεῦδος, οὐ τὸ συμπεπλεγμένον βέβλαπται, ἀλλ' ὁ ἐξαπατηθείς. ἀπὸ τούτων οὖν ὁρμώμενος πρᾴως ἕξεις πρὸς τὸν λοιδοροῦντα. ἐπιφθέγγου γὰρ ἐφ' ἑκάστῳ ὅτι 'ἔδοξεν αὐτῷ'.

[43.1] Πᾶν πρᾶγμα δύο ἔχει λαβάς, τὴν μὲν φορητήν, τὴν δὲ ἀφόρητον. ὁ ἀδελφὸς ἐὰν ἀδικῇ, ἐντεῦθεν αὐτὸ μὴ λάμβανε ὅτι ἀδικεῖ (αὕτη γὰρ ἡ λαβή ἐστιν αὐτοῦ οὐ φορητή), ἀλλὰ ἐκεῖθεν μᾶλλον ὅτι ἀδελφός, ὅτι σύντροφος, καὶ λήψῃ αὐτὸ καθ' ὃ φορητόν ἐστιν.

[44.1] Οὗτοι οἱ λόγοι ἀσύνακτοι 'ἐγώ σου πλουσιώτερός εἰμι, ἐγώ σου ἄρα κρείττων'· 'ἐγώ σου λογιώτερος, ἐγώ σου ἄρα κρείττων'. ἐκεῖνοι δὲ μᾶλλον συνακτικοί 'ἐγώ σου πλουσιώτερός εἰμι, ἡ ἐμὴ ἄρα κτῆσις τῆς σῆς κρείττων'· 'ἐγώ σου λογιώτερος, ἡ ἐμὴ ἄρα λέξις τῆς σῆς κρείττων'. σὺ δέ γε οὔτε κτῆσις εἶ οὔτε λέξις.

[45.1] Λούεταί τις ταχέως· μὴ εἴπῃς ὅτι 'κακῶς', ἀλλ' ὅτι 'ταχέως'. πίνει τις πολὺν οἶνον· μὴ εἴπῃς ὅτι 'κακῶς', ἀλλ' ὅτι 'πολύν'. πρὶν ἢ γὰρ διαγνῶναι τὸ δόγμα, πόθεν οἶσθα εἰ κακῶς; οὕτως οὐ συμβήσεταί σοι ἄλλων μὲν φαντασίας καταληπτικὰς λαμβάνειν, ἄλλοις δὲ συγκατατίθεσθαι.

[42] Quando alguém te tratar mal ou falar mal de ti, lembra que ele o faz ou fala pensando que isso lhe é conveniente. Não lhe é possível, então, seguir o que se te afigura, mas o que se lhe afigura, de modo que, se equivocadamente se lhe afigura, aquele que sofre o dano é quem está enganado. Com efeito, se alguém supuser falsa uma proposição conjuntiva verdadeira, não é a proposição conjuntiva que sofre o dano, mas quem se engana. Agindo de acordo com isso, serás gentil com quem te insulta. Diz, pois, em cada uma dessas ocasiões: “Assim lhe parece”.

[43] Toda coisa tem dois lados: um suportável e outro não suportável. <Por exemplo,> se teu irmão for injusto <contigo >, não o tomes por aí, isto é, que ele é injusto (pois isso não é suportável), mas <toma-o> antes por aqui: que ele é teu irmão, e que fostes criados juntos – assim o tomarás de acordo com o que é suportável[51].

[44] Estes argumentos são inconsistentes: “Eu sou mais rico do que tu, logo sou superior a ti”; “Eu sou mais eloquente do que tu, logo sou superior a ti”. Mas, antes, estes são consistentes: “Eu sou mais rico do que tu, logo minhas posses são maiores do que as tuas”; “Eu sou mais eloquente do que tu, logo minha eloquência é maior do que a tua”. Pois tu não és nem as posses, nem a eloquência.

[45] Alguém se banha de modo apressado: não digas que ele <se banha> de modo ruim, mas de modo apressado. Alguém bebe muito vinho: não digas que ele <bebe> de modo ruim, mas que <bebe> muito. Pois, antes de discernir a opinião dele, como sabes que ele <age> de modo ruim? Assim, não ocorrerá que apreendas as representações compreensivas de umas coisas e dês assentimento a outras.

[46.1] Μηδαμοῦ σεαυτὸν εἴπῃς φιλόσοφον, μηδὲ λάλει τὸ πολὺ ἐν ἰδιώταις περὶ θεωρημάτων, ἀλλὰ ποίει τὸ ἀπὸ τῶν θεωρημάτων· οἷον ἐν συμποσίῳ μὴ λέγε πῶς δεῖ ἐσθίειν, ἀλλ' ἔσθιε ὡς δεῖ. μέμνησο γάρ ὅτι οὕτως ἀφῃρήκει πανταχόθεν Σωκράτης τὸ ἐπιδεικτικόν ὥστε ἤρχοντο πρὸς αὐτὸν βουλόμενοι φιλοσόφοις ὑπ' αὐτοῦ συσταθῆναι, κἀκεῖνος ἀπῆγεν [46.2] αὐτούς, οὕτως ἠνείχετο παρορώμενος. κἂν περὶ θεωρήματός τινος ἐν ἰδιώταις ἐμπίπτῃ λόγος, σιώπα τὸ πολύ· μέγας γὰρ ὁ κίνδυνος εὐθὺς ἐξεμέσαι, ἃ οὐκ ἔπεψας. καὶ ὅταν εἴπῃ σοί τις ὅτι οὐδὲν οἶσθα καὶ σὺ μὴ δηχθῇς, τότε ἴσθι ὅτι ἄρχῃ τοῦ ἔργου. ἐπεὶ καὶ τὰ πρόβατα οὐ χόρτον φέροντα τοῖς ποιμέσιν ἐπιδεικνύει πόσον ἔφαγεν, ἀλλὰ τὴν νομὴν ἔσω πέψαντα ἔρια ἔξω φέρει καὶ γάλα· καὶ σὺ τοίνυν μὴ τὰ θεωρήματα τοῖς ἰδιώταις ἐπιδείκνυε, ἀλλ' ἀπ' αὐτῶν πεφθέντων τὰ ἔργα.

[47.1] Ὅταν εὐτελῶς ἡρμοσμένος ᾖς κατὰ τὸ σῶμα, μὴ καλλωπίζου ἐπὶ τούτῳ μήδ' ἂν ὕδωρ πίνῃς, ἐκ πάσης ἀφορμῆς λέγε ὅτι ὕδωρ πίνεις. κἂν ἀσκῆσαί ποτε πρὸς πόνον θέλῃς. σαυτῷ καὶ μὴ τοῖς ἔξω· μὴ τοὺς ἀνδριάντας περιλάμβανε· ἀλλὰ διψῶν ποτε σφοδρῶς ἐπίσπασαι ψυχροῦ ὕδατος καὶ ἔκπτυσον καὶ μηδενὶ εἴπῃς.

[46.1] Jamais te declares filósofo. Nem, entre os homens comuns, fales frequentemente sobre princípios filosóficos[52], mas age de acordo com os princípios filosóficos. Por exemplo: em um banquete, não discorras sobre como se deve comer, mas come como se deve. Lembra que Sócrates, em toda parte, punha de lado as demonstrações, de tal modo que os outros o procuravam quando desejavam ser apresentados aos filósofos por ele. E ele os levava! [46.2] E dessa maneira, sendo desdenhado, ele ia. Com efeito, caso, em meio a homens comuns, uma discussão sobre algum princípio filosófico sobrevenha, silencia ao máximo, pois o perigo de vomitar imediatamente o que não digeriste é grande. E quando alguém te falar que nada sabes e não te morderes, sabe então que começaste a ação. Do mesmo modo que as ovelhas não mostram o quanto comeram, trazendo a forragem ao pastor, mas, tendo digerido internamente o pasto, produzem lã e leite, também tu não mostres os princípios filosóficos aos homens comuns, mas, após tê-los digerido, <mostra> as ações.

[47] Quanto ao corpo, quando tiveres te adaptado à frugalidade, não te gabes disso. Nem digas, em toda ocasião, se beberes água, que bebes água. E se quiseres, em algum momento, exercitar-te para uma tarefa árdua, faz isso para ti mesmo e não para os outros. Não abraces estátuas, mas se tiveres forte sede, bebe <um gole de> água gelada e cospe – e não digas a ninguém.

[48.a] Ἰδιώτου στάσις καὶ χαρακτήρ· οὐδέποτε ἐξ ἑαυτοῦ προσδοκᾷ ὠφέλειαν ἢ βλάβην, ἀλλ' ἀπὸ τῶν ἔξω. φιλοσόφου στάσις καὶ χαρακτήρ· πᾶσαν ὠφέλειαν καὶ βλάβην ἐξ ἑαυτοῦ προσδοκᾷ.

[48.b1] Σημεῖα προκόπτοντος· οὐδένα ψέγει, οὐδένα ἐπαινεῖ, οὐδένα μέμφεται, οὐδενὶ ἐγκαλεῖ, οὐδὲν περὶ ἑαυτοῦ λέγει ὡς ὄντος τι ἢ εἰδότος τι. ὅταν ἐμποδισθῇ τι ἢ κωλυθῇ, ἑαυτῷ ἐγκαλεῖ. κἄν τις αὐτὸν ἐπαινῇ, καταγελᾷ τοῦ ἐπαινοῦντος αὐτὸς παρ' ἑαυτῷ· κἂν ψέγῃ, οὐκ ἀπολογεῖται. περίεισι δὲ καθάπερ οἱ ἄρρωστοι, εὐλαβούμενός τι κινῆσαι τῶν καθισταμένων, πρὶν πῆξιν λαβεῖν. [48.b2] ὄρεξιν ἅπασαν ἦρκεν ἐξ ἑαυτοῦ· τὴν δ' ἔκκλισιν εἰς μόνα τὰ παρὰ φύσιν τῶν ἐφ' ἡμῖν μετατέθεικεν. ὁρμῇ πρὸς ἅπαντα ἀνειμένῃ χρῆται. ἂν ἠλίθιος ἢ ἀμαθὴς δοκῇ, οὐ πεφρόντικεν. ἑνί τε λόγῳ, ὡς ἐχθρὸν ἑαυτὸν παραφυλάσσει καὶ ἐπίβουλον.

[48.a] Postura e caráter do homem comum: jamais espera benefício ou dano de si mesmo, mas das coisas exteriores. Postura e caráter do filósofo: espera todo benefício e todo dano de si mesmo.

[48.b1] Sinais de quem progride: não recrimina ninguém, não elogia ninguém, não acusa ninguém, não reclama de ninguém. Nada diz sobre si mesmo – como quem é ou o que sabe. Quando, em relação a algo, é entravado ou impedido, recrimina a si mesmo. Se alguém o elogia, se ri de quem o elogia. Se alguém o recrimina, não se defende. Vive como os convalescentes, precavendo-se de mover algum membro que esteja se restabelecendo, antes que se recupere. [48.b2] Retira de si todo o desejo e transfere a repulsa unicamente para as coisas que, entre as que são encargos nossos, são contrárias à natureza. Para tudo, faz uso do impulso amenizado[53]. Se parecer insensato ou ignorante, não se importa. Em suma: guarda-se atentamente como <se fosse> um inimigo traiçoeiro.

[49.1] Ὅταν τις ἐπὶ τῷ νοεῖν καὶ ἐξηγεῖσθαι δύνασθαι τὰ Χρυσίππου βιβλία σεμνύνηται, λέγε αὐτὸς πρὸς ἑαυτὸν ὅτι ‘εἰ μὴ Χρύσιππος ἀσαφῶς ἐγεγράφει, οὐδὲν ἂν εἶχεν οὗτος ἐφ' ᾧ ἐσεμνύνειται.’ ἐγὼ δὲ τί βούλομαι; καταμαθεῖν τὴν φύσιν καὶ ταύτῃ ἕπεσθαι. ζητῶ οὖν, τίς ἐστιν ὁ ἐξηγούμενος· καὶ ἀκούσας ὅτι Χρύσιππος ἔρχομαι πρὸς αὐτόν. ἀλλ' οὐ νοῶ τὰ γεγραμμένα· ζητῶ οὖν τὸν ἐξηγησόμενον. καὶ μέχρι τούτων οὔπω σεμνὸν οὐδέν. ὅταν δὲ εὕρω τὸν ἐξηγούμενον, ὑπολείπεται χρῆσθαι τοῖς παρηγγελμένοις· τοῦτο αὐτὸ μόνον σεμνόν ἐστιν. ἂν δὲ αὐτὸ τοῦτο τὸ ἐξηγεῖσθαι θαυμάσω, τί ἄλλο ἢ γραμματικὸς ἀπετελέσθην ἀντὶ φιλοσόφου; πλήν γε δὴ ὅτι ἀντὶ Ὁμήρου Χρύσιππον ἐξηγούμενος; μᾶλλον οὖν, ὅταν τις εἴπῃ μοι ‘ἐπανάγνωθί μοι Χρυσίππειον’, ἐρυθριῶ, ὅταν μὴ δύνωμαι ὅμοια τὰ ἔργα καὶ σύμφωνα ἐπιδεικνύειν τοῖς λόγοις.

[50.1] Ὅσα προτίθεται, τούτοις ὡς νόμοις ἔμμενε, ὡς ἀσεβήσων ἂν παραβῇς τι τούτων. τι δὲ ἐρει τις περὶ σοῦ, μὴ ἐπιστρέφου· τοῦτο γὰρ οὐκ ἔτ' ἔστι σόν.

[49] Quando alguém se crê merecedor de reverência[54] por ser capaz de compreender e interpretar os livros de Crisipo, diz para ti mesmo: “Se Crisipo não escreveu de modo obscuro, ele não tem pelo que se crer merecedor de reverência”. Mas o que eu desejo? Conhecer a natureza e segui-la. Busco então quem a interpreta. Ouvindo que é Crisipo, vou a ele. Mas não compreendo seus escritos. Busco então quem os interpreta – até aí, absolutamente nada há que mereça reverência. Quando eu acho o intérprete, resta-me fazer uso das coisas prescritas – unicamente isso é digno de reverência. Ora, se admiro o próprio <ato de> interpretar, que outra coisa me torno senão gramático ao invés de filósofo? Com a diferença que, no lugar de Homero, interpreto Crisipo. Então, quando alguém me disser “Interpreta algo de Crisipo para mim”, sobretudo enrubescerei quando não for capaz de exibir ações semelhantes às palavras e condizentes <com elas>.

[50] Respeita todas as coisas que foram expostas como se fossem leis; como se cometesses uma impiedade se as transgredisses. E se alguém falar algo de ti, não dês atenção, pois isso não é mais <ação> tua.

[51.1] Εἰς ποῖον ἔτι χρόνον ἀναβάλλῃ τὸ τῶν βελτίστων ἀξιοῦν σεαυτὸν καὶ ἐν μηδενὶ παραβαίνειν τὸν αἱροῦντα λόγον; παρείληφας τὰ θεωρήματα, οἷς ἔδει σε συμβάλλειν, καὶ συμβέβληκας. ποῖον ἔτι διδάσκαλον προσδοκᾷς, ἵνα εἰς ἐκεῖνον ὑπερθῇ τὴν ἐπανόρθωσιν ποιῆσαι τὴν σεαυτοῦ; οὐκέτι εἶ μειράκιον, ἀλλὰ ἀνὴρ ἤδη τέλειος. ἂν νῦν ἀμελήσῃς καὶ ῥᾳθυμήσῃς καὶ ἀεὶ ὑπερθέσεις ἐξ ὑπερθέσεις ποιῇ καὶ ἡμέρας ἄλλας ἐπ' ἄλλαις ὁρίζῃς, μεθ' ἃς προσέξεις σεαυτῷ, λήσεις σεαυτὸν οὐ προκόψας, ἀλλ' ἰδιώτης διατελέσεις καὶ ζῶν καὶ ἀποθνῄσκων. [51.2] ἤδη οὖν ἀξίωσον σεαυτὸν βιοῦν ὡς τέλειον καὶ προκόπτοντα· καὶ πᾶν τὸ βέλτιστον φαινόμενον ἔστω σοι νόμος ἀπαράβατος. κἂν ἐπίπονόν τι ἢ ἡδὺ ἢ ἔνδοξον ἢ ἄδοξον προσάγηται, μέμνησο ὅτι νῦν ὁ ἀγὼν, καὶ ὅτι ἤδη πάρεστι τὰ Ὀλύμπια καὶ οὐκ ἔστιν ἀναβάλεσθαι οὐκέτι, καὶ ὅτι παρὰ μίαν ἧτταν καὶ ἔνδοσιν καὶ ἀπόλλυται προκοπὴ καὶ σῴζεται. [51.3] Σωκράτης οὕτως ἀπετελέσθη, ἐπὶ πάντων προάγων ἐαυτὸν μηδενὶ ἄλλῳ προσέχων ἢ τῷ λόγῳ. σὺ δὲ εἰ καὶ μήπω εἶ Σωκράτης, ὡς Σωκράτης γε εἶναι βουλόμενος ὀφείλεις βιοῦν.

[51.1] Por quanto tempo ainda esperarás para que te julgues merecedor das melhores coisas e para que em nada transgridas os ditames da razão? Recebeste os princípios filosóficos, com os quais foi preciso concordar, e concordaste. Por qual mestre ainda esperas para que confies a ele a correção de ti mesmo? Não és mais um adolescente, já és um homem feito. Se agora fores descuidado e preguiçoso, e sempre fizeres adiamentos após adiamentos, fixando um dia após o outro o dia depois do qual cuidarás de ti mesmo, não perceberás que não progrides. E permanecerás, tanto vivendo quanto morrendo, um homem comum. [51.2] Então, a partir de agora, como um homem feito e que progride, considera a tua vida merecedora de valor. E que seja lei inviolável para ti tudo o que se afigurar como o melhor. Então, se uma tarefa árdua, ou prazerosa, ou grandiosa, ou obscura te for apresentada, lembra que essa é a hora da luta, que essa é a hora dos Jogos Olímpicos, e que não há mais nada pelo que esperar, e que, por um revés ou um deslize, perde-se o progresso, ou o conserva. [51.3] Deste modo Sócrates realizou-se: de todas as coisas com que se deparou, não cuidou de nenhuma outra, exceto a razão. E tu, mesmo que não sejas Sócrates, deves viver desejando ser como Sócrates.

[52.1] Ὁ πρῶτος καὶ ἀναγκαιότατος τόπος ἐστὶν ἐν φιλοσοφίᾳ ὁ τῆς χρήσεως τῶν δογμάτων, οἷον τὸ μὴ ψεύδεσθαι· ὁ δεύτερος ὁ τῶν ἀποδείξεων, οἷον πόθεν ὅτι οὐ δεῖ ψεύδεσθαι· τρίτος ὁ αὐτῶν τούτων βεβαιωτικὸς καὶ διαρθρωτικός, οἷον πόθεν ὅτι τοῦτο ἀπόδειξις; τί γάρ ἐστιν ἀπόδειξις, τί ἀκολουθία, τί μάχη, τί ἀληθές, τί ψεῦδος; [52.2] οὐκοῦν ὁ μὲν τρίτος τόπος ἀναγκαῖος διὰ τὸν δεύτερον, ὁ δὲ δεύτερος διὰ τὸν πρῶτον· ὁ δὲ ἀναγκαιότατος καὶ ὅπου ἀναπαύεσθαι δεῖ, ὁ πρῶτος. ἡμεῖς δὲ ἔμπαλιν ποιοῦμεν· ἐν γὰρ τῷ τρίτῳ τόπῳ διατρίβομεν καὶ περὶ ἐκεῖνόν ἐστιν ἡμῖν ἡ πᾶσα σπουδή· τοῦ δὲ πρώτου παντελῶς ἀμελοῦμεν. τοιγαροῦν ψευδόμεθα μέν, πῶς δὲ ἀποδείκνυται ὅτι οὐ δεῖ ψεύδεσθαι, πρόχειρον ἔχομεν.

[53.1] Ἐπὶ παντὸς πρόχειρα ἑκτέον ταῦτα·
'Ἄγου δέ μ', ὦ Ζεῦ, καὶ σύ γ' ἡ Πεπρωμένη,
ὅποι ποθ' ὑμῖν εἰμι διατεταγμένος·
ὡς ἕψομαί γ' ἄοκνος· ἢν δέ γε μὴ θέλω,
κακὸς γενόμενος, οὐδὲν ἧττον ἕψομαι.
[53.2] 'Ὅστις δ' ἀνάγκῃ συγκεχώρηκεν καλῶς,
σοφὸς παρ' ἡμῖν, καὶ τὰ θεῖ' ἐπίσταται.'
[53.3] 'Ἀλλ', ὦ Κρίτων, εἰ ταύτῃ τοῖς θεοῖς φίλον, ταύτῃ γενέσθω.'
[53.4] 'Ἐμὲ δὲ Ἄνυτος καὶ Μέλιτος ἀποκτεῖναι μὲν δύνανται, βλάψαι δὲ οὔ.'

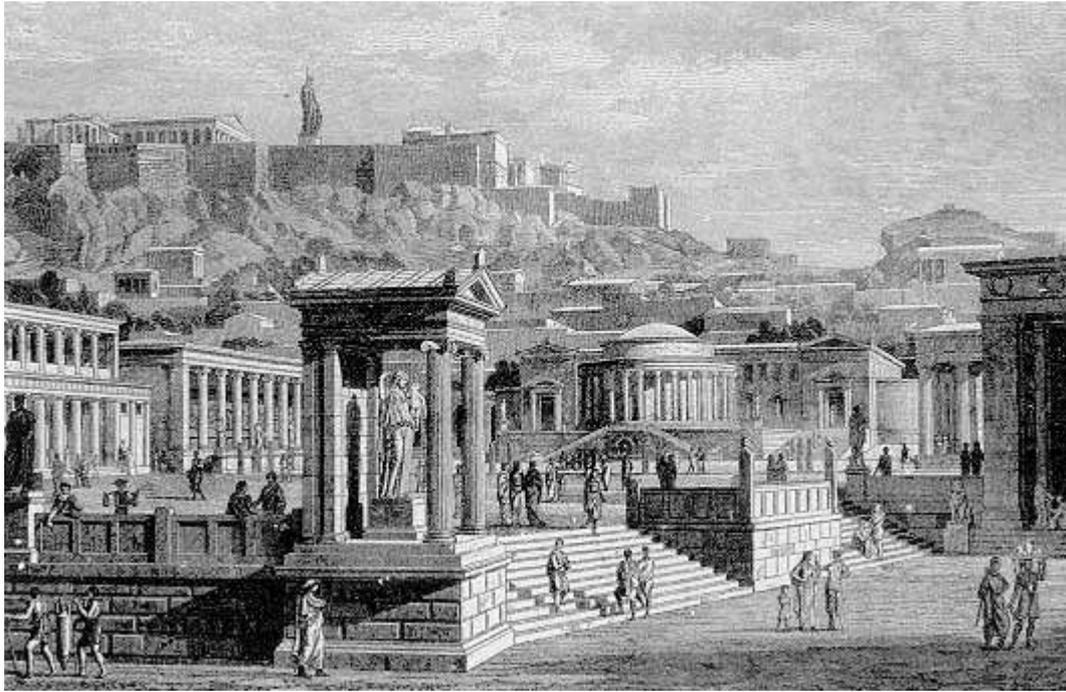
[52.1] O primeiro e mais necessário tópico da filosofia é o da aplicação dos princípios, por exemplo: "Não sustentar falsidades". O segundo é o das demonstrações, por exemplo: "Por que é preciso não sustentar falsidades?" O terceiro é o que é próprio para confirmar e articular os anteriores, por exemplo: "Por que isso é uma demonstração? O que é uma demonstração? O que é uma consequência? O que é uma contradição? O que é o verdadeiro? O que é o falso?" [52.2] Portanto, o terceiro tópico é necessário em razão do segundo; e o segundo, em razão do primeiro – mas o primeiro é o mais necessário e onde é preciso se demorar. Porém, fazemos o contrário: pois no terceiro despendemos nosso tempo, e todo o nosso esforço é em relação a ele, mas do primeiro descuidamos por completo. Eis aí porque, por um lado, sustentamos falsidades e, por outro, temos à mão como se demonstra que não é apropriado sustentar falsidades.

[53.1] É preciso em toda ocasião ter à mão o seguinte:

Conduze-me, Zeus, e tu também, Destino,
Para o posto ao qual um dia fui designado,
Que, diligente, eu vos seguirei – e se, mau me tornando,
Não o quiser, ainda assim vos seguirei.

[53.2] Aquele que, de modo justo, ceder à necessidade
é, para nós, sábio e conhecedor das coisas divinas.

[53.3] Críton, se assim é desejado pelos Deuses, que assim seja.

[53.4] Ânito e Meleto podem me matar, mas não podem me causar dano.

Representação da ágora ateniense na era clássica.
(fonte: novaroma.org)

NOTAS

[1]A expressão *ephí hēmîn* não possui equivalente direto que possa dar conta de seu significado. Literalmente, poderíamos traduzi-la por “algumas coisas estão sobre nós; outras não”. Henrique Murachco traduz expressão semelhante (*tò epi emoí*) por “no que está sobre mim”, no sentido “de quanto a mim”, “no que me concerne” (*Língua Grega: visão semântica, lógica, orgânica e funcional*. São Paulo: Discurso Editorial/Editora Vozes, 2001, p. 573). No caso do *Encheirídion de Epicteto,* a tradução poderia ser: “algumas coisas nos concernem, outras não”. Bailly (2000), citando a mesma expressão, acentua a ideia de dependência e de poder que ela expressa, traduzindo-a por “autant qu’il est em mon pouvoir”, enfatizando assim a ideia de controle (cf. Xenofonte, *Ciropédia, 5,4, 11*). A expressão possui imagem concreta e clara, referindo-se a algo que é colocado sobre nós, sustentado por nós, pois nos encontramos embaixo, fornecendo seu apoio. A opção por “encargo nosso” acentua a ideia de responsabilidade que temos quanto a isso que está sobre nós (e do que somos a causa primária).

A expressão é diferentemente vertida por diferentes tradutores. Oldfather a traduz por “things under our control” (2000); White, por “what is up to us” (1983); Gourinat, por “choses qui dépendent de nous” (1998).

[2] *Hypólēpsis*: substantivo relacionado ao verbo *hypolambánō*, expressa a ideia de sucessão e de substituição, adquirindo os sentidos de “réplica, resposta, concepção e pensamento”. O vocábulo “juízo”, empregado aqui para traduzir essa noção, deve ser entendido como um parecer ou uma opinião que orienta nossa conduta diante de um acontecimento que se nos apresenta. Vale a pena ressaltar que, no contexto deste capítulo, o vocábulo está associado ao verbo *oíō*¸traduzido aqui por “pensar” (cf. nota 12). No capítulo 20, apresenta-se uma associação clara entre *hypólēpsis*

e *dógma* (opinião). No capítulo 5, apresenta-se também uma associação entre *dógma* (opinião) e *phantasía* (representação) por meio do verbo *phaínomai* (afigurar-se). É interessante notar que o juízo nesses exemplos envolve a ponderação – como a consideração sobre se algo é livre ou escravo -, mas também sentimentos relacionados às nossas recusas, medos e desejos.

Oldfather (2000) traduz *hypólēpsis* por "conception"; White (1993), por "opinion"; Gourinat (1998), por "jugement"; e García (1995), por "juicio".

[3]*Hormḗ*: substantivo relacionado ao verbo *órnumi* ("levantar-se"), designa o primeiro bote de um assalto ou ataque, adquirindo os sentidos de elã e de impulso. Entre as traduções consultadas para este trabalho, a única exceção a "impulso" como vocábulo para traduzir *hormḗ* é a opção de Oldfather (2000), que emprega "choice" ("escolha"). *Hormḗ* deve ser entendido, no contexto do pensamento epictetiano, como o ímpeto para a ação, a tendência para agir desta ou daquela maneira diante de determinada coisa.

[4] *Órexis* é o nome da ação do verbo *óregō*, que apresenta o significado de "estender ou tender na direção de algo" (por exemplo: estender as mãos para o céu ou para pedir algo a alguém), de onde "desejo", "apetite". É uma palavra difícil para ser transportada ao contexto cultural presente. Embora sua tradução por "desejo" seja corrente, é preciso ter cautela com ela, pois não se deve entender *órexis* no sentido do emaranhado de pulsões originadas em nível inconsciente que caracteriza a visão moderna da subjetividade humana. *Órexis* descreve a ação de tender em direção a algo. Uma forma de apreender da maneira mais precisa possível seu significado é ter em conta que *órexis* se opõe a *ékklisis*, que expressa o movimento contrário, o de afastar-se (cf. nota seguinte). Para Epicteto, desejamos as coisas que consideramos boas (cf. *Diatribes I,4,2-3)*.

[5] *Ékklisis* identifica a ação de declinar, expressando o movimento contrário de *klísis,* que significa a ação de inclinar-

se. É empregado para descrever o movimento da tropa que evita o combate ou para descrever o declínio de um astro. Oldfather (2000), White (1983) e Gourinat (1998) optaram traduzi-lo por "aversão"; García (1998), por "rechazo". No *Aurélio*, "aversão" apresenta os significados de "ódio, rancor, antipatia", que não cabem no presente caso. Optamos então por "repulsa" para expressar a ideia de repelir, afastar ou evitar algo, sem a conotação de aversão. Para Epicteto, repudiamos as coisas que consideramos ruins (cf. *Diatribes. I,4,2-3).*

[6] *Eleútheros*: livre por oposição a escravo. Para Epicteto, quem deseja o que não é encargo seu necessariamente torna-se escravo, pois voluntariamente submete-se aos que podem proporcionar-lhe ou impedir-lhe o acesso à coisa desejada (cf. *Diatribes I,4,19).*

[7] *Akṓlutos*: adjetivo verbal de privação da ação relacionada ao verbo *kōlýō*, que significa "afastar, desviar", adquirindo o sentido de "impedir". Bailly (2000) apresenta o substantivo neutro *to kōlýon* com o significado de "obstáculo", "impedimento". Assim, *a-kṓlutos* refere-se a algo para o que não há impedimento quanto à sua obtenção, sendo, portanto, "desimpedido".

[8] *Aparapódistos*: optamos traduzir o termo por "sem entraves", pois trata-se de um adjetivo verbal que nega a ação relacionada ao verbo *podízō*, que significa "sujeitar os pés com travas", referindo-se principalmente a armadilhas para animais. Cf. o substantivo feminino *podístra*, que pode significar tanto "armadilha que prende pelos pés" (*Antologia Palatina* 6, 107) quanto "teia de aranha" (*Antologia Palatina* 9, 372).

[9] *Asthenē*: privado de força, no sentido de "força física, vigor".

[10] *Kōlutós*: Cf. nota 7.

[11] Arriano assim relaciona os adjetivos empregados para qualificar o que é encargo nosso e o que não é: o que é encargo nosso é livre, desobstruído, sem entraves; o que não é encargo nosso é débil, escravo, de outrem.

[12] *Oiō*: “pensar”, no sentido de “presumir”, referindo-se a coisas incertas – daí “pressentir, crer, estimar”.

[13] *Empodízō* significa literalmente “meter os pés em uma armadilha”.

[14] *Penthéō*: verbo relacionado ao substantivo *to pénthos*, que siginifica “dor, aflição”.

[15] *Tarássō*: significa primariamente “remexer”, “agitar”, no sentido concreto de preparar um medicamento agitando os ingredientes que o compõem.

[16] *Anankázō*: “forçar”, “constranger”.

[17] Felicidade traduz *eudaimonía.* No contexto do paganismo grego, *daimoníos* é um adjetivo que qualifica tudo o que provém da divindade ou é enviado por um deus. Associado ao prefixo “eu̯” (“bem”, no sentido de coisas boas), esse vocábulo tem significação próxima à de “bem-aventurança” na acepção cristã.

[18] A noção de *phantasía* é de fundamental importância para a compreensão da filosofia estoica por relacionar-se tanto a questões lógicas quanto epistemológicas e éticas. Entretanto, os comentadores divergem sobre como traduzir o termo:

Lesses (Cause and Stoic Impressions. IN: Phronesis vol. XLIII/1, 1998, p. 2- 24), **Julia Annas** (*Hellenistic Philosophy of Mind.* Berkeley: University of California Press, 1991) **e Richard Sorabji** (Perceptual Content in the Stoics. IN: Phronesis, vol. XXXV/3, 1990, p. 307-314) **traduzem *phantasía* por “aparência” (*appearance*);**

Michael Frede (Stoics and skeptics on clear and distinct impressions IN: Skeptic Tradition. M. Burnyeat (ed.). Berkeley: University of California Press, 1983, p. 65-93) **e Long e Sedley** (*Hellenistic Philosophers, vol I & II*. Cambridge: Cambridge University Press, 1987) **empregam o termo “impressão” (*impression*);**

Brad Inwood e L.P. Gerson (*Hellenistic Philosophy: Introductory Readings*. Indianapolis: Hackett Publishing Co., 1988) **optam por “apresentação” (*presentation*);**

Anthony Long (Representation and the self in Stoicism. IN: Companions to Ancient Thought 2: Psychology. Stephen Everson (ed.). Cambridge: Cambridge University Press, 1991, p. 102-120) **usa o termo “representação” (*representation*), substituindo sua tradução anterior, “impressão” (*impression*), para evitar confusão com o conceito humeano homônimo.**

Embora tanto Cleanto quanto Crisipo considerem a *phantasía* uma modificação da faculdade diretriz, eles divergem ao explicar essa mudança. Para Lesses (1998, p. 6), Crisipo parece criticar Cleanto por aceitar uma concepção ingênua de representação mental, segundo a qual as *phantasíai* perceptivas são cópias de qualidades que os objetos representados possuem (cf. Diógenes Láercio, 7.50.4). Além disso, Annas (1991, p. 74-75) compreende estar implicado nas observações de Crisipo que as *phantasíai* são proposicionais ou articuláveis em forma linguística. Ora, quanto às alternativas para traduzirmos o termo *phantasía*, parece-nos que *impressão* está mais próximo de Cleanto que de Crisipo, pois a metáfora utilizada por Cleanto para introduzir o conceito em questão é justamente à da impressão sobre a cera, metáfora que é criticada por Crisipo por seu caráter imagético. A concepção de Crisipo sobre a *phantasía* – adotada desde então pelo Estoicismo – é que ela tem duas facetas: uma sensível (pois, como dissemos, trata-se de uma modificação da faculdade diretriz) e outra virtual (pois a essa modificação é afixado um juízo, que descreve e avalia aquilo que efetuou a modificação). Assim sendo, parece-nos que a palavra “representação” (que possui, de acordo com o Aurélio, o sentido filosófico geral de “conteúdo concreto apreendido pelos sentidos, pela imaginação, pela memória ou pelo pensamento”) serve para o nosso propósito, e por ela traduziremos *phantasía*.

[19] Trata-se do adjetivo *trachýs*, apresentado por Bailly (2000) com o significado de “rude”, adquirindo diversos sentidos, dependendo do substantivo ao qual esteja

ligado. "Áspero", ao se tratar de uma pedra; "pedregoso", ao se referir a um rio ou a um terreno; "rouca", ao qualificar um tipo voz; "grosseiro, duro, cruel, violento e irascível", ao se referir ao comportamento de alguém. Simplício (*Comentário ao Encheirídion de Epicteto*, V. 1.5) observa que tal representação é chamada *tracheía* (dura, bruta) por ser contrária à razão, tornando "áspera" a vida. Oldfather (2000) e White (1983) traduzem esse adjetivo por "harsh"; Gourinat (1998), por "pénible"; García (1995), por "bruta".

[20] *Phainómenon*: "o que está se manifestando ou se mostrando", particípio presente médio do verbo *phaínō*.

[21] *Epangelía*: substantivo relacionado ao verbo *epangéllō*, que significa primariamente "anunciar, declarar, proclamar", adquirindo também os sentidos de "ordenar, comandar, prometer". A opção por "propósito" dá-se em razão do significado de "finalidade" registrado no *Aurélio*.

[22] Trabalha-se aqui com a oposição entre *órexis* (desejo) e *ékklisis* (repulsa).

[23] No âmbito da presente tradução, "natureza" é nosso vocábulo para verter *phýsis*.

[24]*Aphormḗ* designa o "ponto de partida", adquirindo os sentidos de "origem de algo", "pretexto para fazer algo", significando também "base para operações militares". Entre os estoicos, o termo é empregado para designar o princípio contrário de *hormḗ* (cf. nota 3).

[25] *Psychagōgéō*: significa literalmente "conduzir ou evocar a *psychḗ*", adquirindo os sentidos de "encantar, seduzir, alegrar".

[26] *Stérgō*: amor fraternal expresso entre pais, filhos e cônjuges. É empregado também em relação a animais de estimação e a valores morais, como o amor pela justiça.

[27] *Prohaíresis*: segundo Bailly (2000), o termo expressa a "escolha antecipada, a tomada de partido ou o desejo premeditado", adquirindo os sentidos de "vontade, plano e intenção". Marcando oposição com *anánkē* (necessidade), em

alguns contextos é vertido por “livre-arbítrio”. O termo é traduzido como “moral purpose” por Oldfather (2000); “choice” por White (1983); “choix” por Gourinat (1998); e “albedrío” por García (1995).

[28] Literalmente: “caso haja algo de maneira a entravar o banho”. A expressão “de maneira a entravar o banho” seria uma possibilidade de tradução praticamente literal para o advérbio *empodṓn*, relacionado ao verbo *empodízō* (“meter os pés em uma armadilha”), que aqui vertemos por “entravar-se”. No capítulo 1, “entravar-se” refere-se a dar vazão a desejos cuja satisfação não dependa de nós, levando-nos a aflições e sofrimentos. Neste capítulo, o termo relaciona-se a aborrecer-se e deixar-se desviar por acontecimentos que não antecipamos.

[29] Cf. nota 2.

[30] A utilização do vocábulo “peixinho” para traduzir *bolbárion* baseia-se no comentário de Pierre Hadot e Ilsetraut Hadot (La Parabole de L’escale, In: Les Stoiciens. Org. Dherbey e Gourinat. Paris: LGF, 2004, p. 437-452). Embora *bolbárion* usualmente signifique o diminutivo de cebola (*bolbós*), no grego tardio pode designar também uma espécie de polvo ou lula (cf. G. W. H. Lamp. *A Patristic lexicon*. Oxford, 1961, art. *bolbós*). Neste capítulo, segundo os Hadot, “as duas palavras (*kolchlídion* e *bolbárion*) se referem às conchas espiraladas ou aos animais que se encontram nas praias”.

[31] *Euroéō*: verbo relacionado ao adjetivo *eúroos,* que em um de seus significados mais concretos qualifica um fluxo de água – o jorro de uma fonte ou a correnteza de um rio – que flui facilmente. Essa ideia de um fluxo de água que corre sem encontrar obstáculos é empregada por Epicteto para qualificar uma condição de vida tranquila, próspera, sem entraves que motivem agitação e sofrimento. A frase grega que vertemos por “a tua vida terá um curso sereno” é traduzida como “your life will be serene” por Oldfather (2000); “your life will go well” por White (1983); “ta vie suivra um cours heureux” por

Gourinat (1998); e "viverás sereno" por García (1995).

[32] Cf. nota 27.

[33] *Kartería*: substantivo feminino relacionado ao verbo *karteréō* (que significa "ser firme, forte", adquirindo o sentido de "ser obstinado" e "ser paciente") e ao adjetivo *karteróos* ("forte, firme, sólido"). A adoção de "perseverança" liga-se à sua relação com a ideia de manter-se firme em um comportamento, mesmo diante de dificuldades.

[34] *Prokóptō* significa literalmente "estirar ou alongar uma placa de metal a golpes de martelo", adquirindo o sentido figurativo de "progredir", "avançar em direção a algo".

[35] Cf. nota 27.

[36] "Disciplinadamente" é nossa tradução para o advérbio *kosmíōs*. Bailly (2000) registra os significados de "com ordem" e "com medida". Oldfather (2000) e White (1983) o traduzem por "politely"; Gourinat (1998), por "convenablement"; e García (1995), por "moderadamente".

[37] Neste capítulo, Epicteto faz referência à teoria dos papéis de Panécio de Rhodes (apresentada por Cícero no *De Officiis,* I, xxx, 107- xxxiii, 121), tendo em mente o papel que é determinado ao homem pela divindade. Assim, na presente passagem, *idiṓtēs* ("homem comum" em nossa tradução) se refere ao simples cidadão, que não é de estirpe patrícia e não tem o direito de ocupar cargos eletivos nas cidades do Império Romano. Em outras passagens, Epicteto opõe *idiṓtēs* (que deve ser compreendido então por "homem sem instrução") ao filósofo (cf. *Encheirídion*, 48).

[38] "Efetua a distinção" refere-se ao exercício da regra, apresentada ao final do capítulo 1, que o discípulo deve usar diante de uma representação bruta. Em primeiro lugar, é preciso perceber que o que incomoda não é a própria coisa que está se manifestando, mas sim a representação (e, consequentemente, o juízo) que se faz dela. Em segundo lugar, é preciso determinar se a representação se refere a coisas que são encargos nossos ou não. Caso se refira a coisas que não são

encargos nossos, deve-se dizer prontamente: “Nada é para mim”.

[39] Trata-se do verbo *makarízō*, tradicionalmente vertido por “ser feliz”. É importante ressaltar a ligação desse vocábulo com os aspectos divinos que ele encerra. Chantraine (1984) registra para o adjetivo *mákar* o significado de “bem-aventurado”, normalmente empregado no plural, referindo-se aos deuses (os bem-aventurados). Em Homero, o adjetivo aparece também associado aos homens, qualificando a condição de alguém favorecido pelos deuses (cf. *Ilíada, 3, 182).* Uma proposta de tradução literal, buscando uma estreita relação com a condição divina da felicidade, poderia ser: “Que ele seja bem-aventurado”.

[40] Cf. nota 2.

[41] *Epithyméō*: Oldfather (2000) traduz o termo por “yearn”; White (1983), por “crave”; Gourinat (1998), por “aspire”; García (1995), por “ansías”. Optamos por “aspirar”, pois o vocábulo se remete à ideia de colocar algo dentro ou em cima do peito.

[42] Literalmente: “De onde vem esta sobrancelha?” Bailly (2000) registra os sentidos figurativos de “gravidade” e “majestade”.

[43] Boter (1999, p. 124) observa que, se entendermos *atimía* simplesmente como “falta de honras”, o texto perde o sentido, já que tal falta de honras é para os estoicos um indiferente. Assim, é preciso distinguir entre a real e a aparente *atimía*, sendo aquela um mal verdadeiro na medida em que é compreendida como falta de valor e esta um mal aparente na medida em que é compreendida como o mero fato de não ser valorizado pelos outros. A identificação de *timḗ* com excelência moral e *atimía* com o seu contrário é doutrina estoica genuína (Cf. Estobeu *SVF* III 563; Cícero *SVF* III 312). Boter (1999, p. 125) assim interpreta o que Epicteto quer dizer na passagem em questão: “Temes a *atimía*? Estás certo, porque ela é má e vergonhosa; entretanto, a *atimía* não é o que pensas;

ela não depende do que os outros fazem ou pensam sobre ti, mas apenas de ti mesmo" (cf. *Encheirídion,* 40).

[44] *Gnṓmē.*

[45] Literalmente: "fazendo essas coisas".

[46] Polinices e Eteocles são filhos de Édipo que se envolveram em um conflito mortal pela obtenção do poder em Tebas. Essa trama é utilizada como pano de fundo na tragédia *Antígona*, de Sófocles.

[47] Segundo Simplício, Epicteto faz aí referência à história acerca de dois amigos que, estando a caminho de Delfos, foram assaltados. Um dos amigos fugiu, abandonando o outro, que acabou sendo assassinado pelos bandidos. Quando o que fugiu chegou a Delfos e foi consultar o oráculo, foi expulso do templo. Simplício (*Comentário ao Manual de Epicteto* XXXIX, 86) assim descreve as palavras do oráculo dirigidas ao que abandonara seu amigo: "Tu que, estando presente e próximo ao amigo à beira da morte e, todavia, não o ajudaste, para que vieste aqui? Homem impuro, profano, sai deste templo purificado!"

[48] Deusa do panteão da Grécia Antiga associada ao amor e ao sexo.

[49] Literalmente "Se tu ultrapassares pé acima". Aqui se faz referência às sandálias cujas correias se estendem pé acima, sobre as canelas.

[50] *Aidḗmones.*

[51] Neste capítulo, Epicteto faz uma analogia entre uma ânfora e suas duas asas (*labás*) e cada coisa (*prágma*) do mundo e os dois modos de abordá-la. Ânforas eram objeto de uso diário na Antiguidade, mas não o são mais, o que dificulta nosso trabalho de tradução. Epicteto nos diz que uma das asas é *phorḗton* e a outra *aphórēton*, literalmente: uma é sustentável e outra é insustentável (i.e. por uma se pode, por outra não se pode sustentar a ânfora). Na presente tradução, achamos por bem suprimir a referência a asas e verter a primeira frase simplesmente por "Toda coisa tem dois lados". Como a

tradução literal dessa frase seria “Toda coisa <ou negócio> tem duas asas”, pensamos em traduzir *phorē̃ton* e *aphórēton* por “adequado” e “inadequado” e em verter a passagem da seguinte forma: “<Como uma ânfora>, toda coisa tem duas asas, uma <adequada>, outra <inadequada para abordá-la>”. Entretanto, tal tradução faria desaparecer algo importante que é expresso no texto grego: dizer que uma das asas é “insuportável” é dizer que tomar o assunto por aí, além de ser moralmente errôneo, causa dor e sofrimento, pois, para os estoicos, o sofrimento (*páthos*) ou é efeito de uma falsa opinião ou se identifica com uma falsa opinião –i.e. um modo equivocado de lidar com a realidade. A primeira posição é a de Zenão de Cítio, a segunda é a de Crisipo (cf. Diógenes Laércio, VII, 111), que é seguida também por Epicteto (cf. *Encheirídion* 5 e *Diatribes* III, 2, 3).

[52] *Theorēmátōn.*

[53] *Aneiménē*: particípio do verbo *aníēmi*, adjetiva o vocábulo “impulso”. A expressão é deste modo vertida por outros tradutores: “He exercises no pronounced choice in regard to anything” (Oldfather, 2000); “His impulses toward everything are disminished” (White, 1983); “Il fait usage de l’impulsion avec souplesse” (Gourinat, 1998); “Usa en todo um impulso no forzado” (García, 1995).

[54] No presente capítulo, buscamos unificar o sentido de *semnós* (“reverenciado, augusto, sagrado”) e o verbo relacionado *semnunō* (“exaltar, afetar um ar grave e solene”) para dar conta do jogo de palavras proposto no texto. Assim, traduzimos *semnós* por “o que merece reverência” e *semnunō* por “crer-se merecedor de reverência”.

REFERÊNCIAS INTERTEXTUAIS:

CAPÍTULO I:

1.1.1 Τῶν ὄντων τὰ μέν ἐστιν ἐφ' ἡμῖν, τὰ δὲ οὐκ ἐφ' ἡμῖν: cf. *Diatribes* I, 22, 10; II, 6, 8; II, 9, 15; II, 19, 13; IV, 1, 65 ss.

1.1.1 ὑπόληψις: “Em sua própria origem e forma significa uma ação de nossa mente, a recepção de uma opinião e sua admissão em nosso espírito” (Schweighauser, 1798, p. 141).

1.1.1 ὁρμή: “Ímpeto para agir que recebemos por nossa própria escolha” (Schweighauser, 1798, p. 141). Para a diferença entre ὁρμή e ὄρεξις, cf. *Diatribes* III, 2 ss.

1.3.5 οὐδείς σε βλάψει: cf. abaixo, capítulo 30 e Sêneca, *Da Constância do Sábio*, 5.

1.5.1 φαντασίᾳ τραχείᾳ (*visum terrificum*): cf. *Diatribes* I, 27; II, 18, 24; III, 12, 15; III, 24, 108; Aulo Gélio, XIX, 1; Cícero, *De Finibus*, V, 26.

1.5.1 εὐθὺς οὖν πάσῃ φαντασίᾳ τραχείᾳ μελέτα ἐπιλέγειν ὅτι ‘φαντασία εἶ καὶ οὐ πάντως τὸ φαινόμενον’. Cf. *Diatribes* II, 18, 24; III, 12, 15; Simplício, *Comentário ao Encheirídion de Epicteto*, V. 1.5.

1.5.5 διότι ‘οὐδὲν πρὸς ἐμέ’: cf. *Diatribes*, II, 24, 106.

CAPÍTULO II

2.1.1 Μέμνησο, ὅτι ὀρέξεως ἐπαγγελία [...]: cf. *Diatribes* III, 23, 9; I, 4, 1; II, 2; III, 2; III,2, 8; III, 2, 13; I, 4, 1; III, 13, 21; IV, 4, 18; *Encheirídion* 48.3; Marco Aurélio, IX.7; XI.37.

2.2.7 μεθ' ὑπεξαιρέσεως (*cum exceptione*): cf. Sêneca, *Dos Benefícios*, IV, 34: *non mutat sapiens consilium* [...] *ad omnia cum exceptione venit* [...]; *Da Tranquilidade da Alma*, 13; Marco Aurélio, IV.1; V.20; VI.50; XI.37. A μεθ' ὑπεξαιρέσεως (com reserva) se opõem as expressões τό ἐξ ἅπαντος e ἐκ παντός τρόπον.

CAPÍTULO III

3.1.1 Ἐφ' ἑκάστου τῶν ψυχαγωγούντων: cf. *Diatribes* III,

24, 84 ss.

CAPÍTULO IV

Cf. *Diatribes* II, 17, 27.

CAPÍTULO V

5.1.1 Ταράσσει τοὺς ἀνθρώπους [...]: cf. *Diatribes* II, 16, 22-40; III, 26-38; I, 19, 7; I, 25, 28; IV, 1, 59, IV, 1, 85.

5.1.2 ὁ θάνατος οὐδὲν δεινόν [...]: cf. *Diatribes*, II, 10 ss.; III, 26, 38.

5.1.7 ἀπαιδεύτου [...]: cf. *Diatribes* III, 19 (início) e III, 5, 4.

5.1.8 ἠργμένου παιδεύεσθαι τὸ ἑαυτῷ [...]: cf. *Diatribes* II, 11 no início.

CAPÍTULO VI

6.1.4 ἐπὶ ἵππου ἀγαθῷ: cf. *Diatribes* II, 24, 11.

6.1.5 χρήσει φαντασιῶν: cf. *Diatribes* I, 1, 7.

CAPÍTULO VII

7.1.6 δεδεμένος ἐμβληθῇς**:** cf. *Diatribes* III, 24, 34.

CAPÍTULO VIII

8.1.1 Μὴ ζήτει**:** cf. *Diatribes* I, 12, 15 ss.; II, 14, 7; IV, 7, 20.

CAPÍTULO IX

9.1.1 Νόσος σώματός ἐστιν ἐμπόδιον: Do mesmo modo em Sêneca, *Cartas a Lucílio*, LXXVIII (*Corpus tuum valetudo tenet, non animum* [...]).

9.1.3 προαιρέσεως δὲ οὔ: cf. *Diatribes* I, 1, 23; I, 17, 21 e 26; I, 18, 11; I, 22, 10; I, 29, 10; II, 5, 4; III, 22, 105; IV, 13, 7.

CAPÍTULO X

10.1.1 Ἐφ' ἑκάστου [...] τίνα δύναμιν ἔχεις etc.: cf.

Diatribes I, 6, 28; I, 12, 30 ss.; II. 16, 14; IV, 1, 109.

10.1.6 οὐ συναρπάσουσιν αἱ φαντασίαι: cf. *Diatribes* II, 18, 24 e 28; II, 23, 33; Marco Aurélio, V.36.

CAPÍTULO XI

11.1.2 ἀπέδωκα: cf. *Diatribes* I, 1, 32.

11.1.7 τοῦ πανδοχείου: cf. *Diatribes* II, 23, 36.

CAPÍTULO XII

12.1.5 κρεῖττον δὲ τὸν παῖδα κακὸν εἶναι ἢ σὲ κακοδαίμονα: Segundo Schweighauser (1798, p.xx), Epicteto observa que, ao castigar-se alguém em razão da ira ou do desejo de corrigi-lo, o que castiga encontra-se desde já no erro por querer determinar algo que não depende de si, resultando daí a perda da tranquilidade. Cf. abaixo CAPÍTULOS XIV e XV.

12.2.1 ἄρξαι τοιγαροῦν ἀπὸ τῶν σμικρῶν: cf. *Diatribes* I, 18,18; IV, 1, 111.

12.2.3 προῖκα δὲ οὐδὲν περιγίνεται: cf. *Diatribes* IV, 2, 2; IV, 10, 19.

12.2.5 ss. ἀλλ' οὐχ οὕτως ἐστὶν αὐτῷ καλῶς, ἵνα ἐπ' ἐκείνῳ ᾖ τὸ σὲ μὴ ταραχθῆναι: cf. Marco Aurélio, VIII.45; VIII.56.

CAPÍTULO XIV

Cf. nota ao Capítulo XII

14.1.3 ss. κἂν τὸν παῖδα θέλῃς μὴ ἁμαρτάνειν etc.: cf. *Diatribes* IV, 5, 7.

CAPÍTULO XV

15.1.1 ὡς ἐν συμποσίῳ: cf. *Diatribes* II, 16, 37 e *Encheirídion* 36.

CAPÍTULO XVI

16.1.6 συμπεριφέρεσθαι αὐτῷ: cf. *Diatribes* I, 9,12; I, 29, 64; III, 14, 7; III, 16, 4; IV, 2 ; IV, 12, 17.

16.1.7 πρόσεχε μέντοι μὴ καὶ ἔσωθεν στενάξῃς: cf. *Diatribes* I,18,19; Cícero, *Tusc. Disp*. II, 22; Aulo Gélio, XVII.

CAPÍTULO XVII

17.1.1 ὑποκριτὴς εἶ δράματος: cf. *Diatribes* I, 29, 42 ss.; IV, 2, 9; IV, 7,13; Marco Aurélio, XI.6; XII.36; Estobeu, *Sermo cvi ex telete, de casibus* e *68 i; Sermo* I e V; Diógenes Laércio VII 160; Sêneca, *Cartas a Lucílio,* LXXVII ("quomodo fabula, sic vita [...]"); Cícero, *De Officiis*, I,28 e 31; Procópio de Gaza, *Epístolas* XlV.

CAPÍTULO XVIII

18.1.7 ὠφεληθῆναι ἀπ' αὐτοῦ: cf. *Diatribes* III, 20.

CAPÍTULO XIX

19.1.1. Ἀνίκητος εἶναι δύνασαι: cf. *Diatribes* III, 6, 5; III, 22,102.

19.2.4 ἡ οὐσία τοῦ ἀγαθοῦ: cf. *Diatribes* I, 20, 15; I, 29,1 e 18; II,1, 4; II,8, 9; II, 20, 9; IV,13,14 ss.; III,7,6.

CAPÍTULO XXI

Hadot (2000, p. 176-7, n. 1) observa que essa referência à afetação e à arrogância de filósofos lembra a descrição que Aristófanes faz de Sócrates em *As Nuvens* (363).

CAPÍTULO XXI

21.1.2 πρὸ ὀφθαλμῶν ἔστω σοι: cf. *Diatribes* III, 24,104 ss.; III, 10,6.

CAPÍTULO XXII

22.1.3 'ἄφνω φιλόσοφος ἡμῖν ἐπανελήλυθε': cf. *Diatribes* III,16,11.

22.1.5 τῶν δὲ βελτίστων σοι φαινομένων οὕτως ἔχου: cf. *Diatribes* II,6,9; II,10,6; Platão*, Crítias*, c6; *Encheirídion,* 51.2.

22.1.6 εἰς ταύτην τὴν χώραν: cf. *Diatribes* I,9,16; III,1,19*;* Platão, *Apologia 28 e.*

CAPÍTULO XXIII

23.1.1 ἔξω στραφῆναι: cf. *Diatribes* III,1,2-5.

23.1.3 ἀρκοῦ οὖν etc.: como Sócrates, cf. *Diatribes* IV,8,23.

23.1.4 σαυτῷ φαίνου καὶ ἱκανὸς ἔσῃ: cf. *Encheirídion,* 14.1.

CAPÍTULO XXIV

24.1.3 24.1.1 εἰ γὰρ ἡ ἀτιμία ἐστὶ κακόν, οὐ δύνασαι ἐν κακῷ εἶναι δι' ἄλλον, οὐ μᾶλλον ἢ ἐν αἰσχρῷ: Cf. *Diatribes* I,9,34; I,28,23; Sêneca, *Cartas a Lucílio*, LXX.

CAPÍTULO XXV

25.1.1 Προετιμήθη etc.: cf. *Diatribes* III,24,44 ss.

25.5.3 ὁ μὴ ἀνασχέσθαι αὐτοῦ: cf. *Diatribes* I,19,21; *Encheirídion*, 31.13; Sêneca, *Da Constância do Sábio,* 14; Luciano, *In Nigr* c 21.

Um óbolo corresponde à sexta parte de uma dracma.

CAPÍTULO XXVII

27.1.1 ss.: cf. Aulo Gélio, VI; A mesma imagem aparece em Cícero no *De Finibus* III, 22.

CAPÍTULO XXIX

29.1.1 ss.: Ἑκάστου ἔργου etc.: cf. *Diatribes* III,15. Esse capítulo todo é uma interpolação, pois é omitido por boa parte da tradição, incluindo Simplício. Além disso, trata-se de longa passagem das *Diatribes* (III 15, 1-13) reproduzida no *Encheirídion* quase *ipsis litteris*. Tal fato não se repete no *Encheirídion*, visto Arriano sempre reescrever os textos quando

transladando-os das *Diatribes* para o *Encheirídion*. Entretanto, Hadot (2000, p. 203) considera que o interpolador colocou tal capítulo em bom lugar, visto encontrar-se no princípio da parte que se relaciona à "disciplina da ação".

CAPÍTULO XXX

30.1.1: Τὰ καθήκοντα ὡς ἐπίπαν ταῖς σχέσεσι παραμετρεῖται: cf. *Diatribes* II,10; IV,4,16; IV,6,26; IV,10,15; IV,12,16.

CAPÍTULO XXXI

31.1.1 ss.: Τῆς περὶ τοὺς θεοὺς εὐσεβείας etc.: cf. *Diatribes* I.10; II.14.11 ss.; III.24.113; III.26.28. Hadot (2000, p. 185, n. 1) observa que os antigos, durante orações ou cultos aos mortos, faziam oferendas de vinho, mel e leite (Cf. Porfírio, *Da Abstinência* II, 20-21).

31.3.1: μισεῖν τοὺς αἰτίους: cf. *Diatribes* I,22; I,27,13; II,22,17; III,4,6.

31.3.2 ss.: πέφυκε γὰρ πρὸς τοῦτο πᾶν ζῷον etc.: cf. *Diatribes* I,22,14; I,27,12; III,22,15 e 19; III,3,2.

31.4.3: Πολυνείκην καὶ Ἐτεοκλέα: cf. *Diatribes* II,22,13 ss.; IV,5,29. Para a história do conflito entre os irmãos, ver Sófocles, *Antígona* e Xenofonte, *Memoráveis,* I.1.7.

31.4.4: διὰ τοῦτο καὶ ὁ γεωργὸς λοιδορεῖ τοὺς θεούς: cf. *Diatribes* I,27,13 ss.; II,22,17; III,4,6.

31.4.7: ὅπου γὰρ τὸ συμφέρον, ἐπεῖ καὶ τὸ εὐσεβές: cf. *Diatribes* I,9,25; I,27,14.

31.5.1 ss.: σπένδειν δὲ καὶ θύειν καὶ ἀπάρχεσθαι κατὰ τὰ πάτρια ἑκάστοτε προςήκει καθαρῶς καὶ μὴ ἐπισεσυρμένως μηδὲ ἀμελῶς μηδέ γε γλίσχρως: cf. Xenofonte, *Memoráveis,* I.3.10; IV.3.16.

31.5.5: μηδὲ ὑπὲρ δύναμιν: cf. Xenofonte, *Memoráveis,* I.3.3; IV.3.10; *Diatribes* I,12,7; II,5,2.

CAPÍTULO XXXII

32.1.1: Ὅταν μαντικῇ προσίῃς: cf. *Diatribes* III,23 (início).

32.3.9: ἀλλ' αἱρεῖ ὁ λόγος: cf. *Diatribes* I,29,28; II,2,20. Hadot (2000, p. 186, n.1) observa que tal expressão já se encontra em Platão (*República* X 607 b) e é retomada pelos estoicos (quanto a isso, ver também Diógenes Láercio, VII, 108).

32.3.12-13: ὃς ἐξέβαλε τοῦ ναοῦ τὸν οὐ βοηθήσαντα ἀναιρουμένῳ τῷ φίλῳ: cf. Aeliano, *Hist*. III. 44; Galeno *Exhort. Med. Art*. 5; Simplício, *Comentário ao Manual de Epicteto* XXXIX, 86

CAPÍTULO XXXIII

33.1.1: Τάξον τινὰ ἤδη χαρακτῆρα σαυτῷ καὶ τύπον: cf. *Diatribes* III,23 (início).

33.2.2: σπανίως δέ ποτε καιροῦ etc.: cf. *Diatribes* III,16.

33.5.2: ἐκ τῶν ἐνόντων: cf. Epicteto, *fragmento* 108 (Schenkl).

33.6.1: ἐὰν ὁ ἑταῖρος ᾖ μεμολυσμένος: cf. *Diatribes* III,16 (início).

33.10.1: εἰς τὰ θέατρα τὸ πολὺ παριέναι οὐκ ἀναγκαῖον: cf. *Diatribes* III,4. Hadot (2000, p. 188, n. 1) observa que os espetáculos em questão devem incluir as corridas de carruagens, os combates de gladiadores, as tragédias e as comédias.

33.11.1: ὅτι ἐθαύμασας τὴν θέαν: cf. *Diatribes* I,29; II,6,2; III,20,8.

εἰς ἀκροάσεις τινῶν μὴ εἰκῇ μηδὲ ῥᾳδίως πάριθι: Eram comuns em Roma eventos com leituras de textos por seus autores como meio tornar públicos esses escritos (cf. *Cartas*, de Plínio, o Jovem – obra na qual esse costume é mencionado várias vezes).

33.11.1: εἰς ἀκροάσεις: cf. *Diatribes* III,23.

33.12.2: πρόβαλε σαυτῷ, τί ἂν ἐποίησεν: cf. *Diatribes*

II,18,21 ss.; II,13,4; Longinus, *De Subl.*, 14; Marco Aurélio, XI.26; Sêneca, *Cartas a Lucílio* XI: "Aliquid vir bonus nobis elegendus est, ac semper ad oculus habendus, ut sic tamquam illo spectante vivamus, et omnia tanquam illo vidente faciamus".

33.13.1: ὅταν φοιτᾷς: cf. *Diatribes* II,13,17 ss.

33.13.6: οὐκ ἦν τοσούτου: cf. *Diatribes* II,6,23.

33.15.1: ὀλισθηρὸς γὰρ ὁ τρόπος: cf. *Diatribes* III,12,6.

CAPÍTULO XXXIV

34.1.3: ἐκδεξάσθω σε τὸ πρᾶγμα: cf. *Diatribes* II,18,24; III,12,15.

34.1.5: καθ' ὅν τε ἀπολαύσεις τῆς ἡδονῆς etc.: cf. *Diatribes* II,25,1 ss.

CAPÍTULO XXXVI

36.1.1: Ὡς τὸ 'ἡμέρα ἐστί' etc.: cf. *Diatribes* I,24,11 ss. Boter (1999, p. 134) observa que o sentido geral deste capítulo é o seguinte: "Assim como A é bom para B, mas mau para C, do mesmo modo tomar a maior parte da comida em um banquete é bom para o teu corpo, mas não para as relações sociais". A expressão em grego para "proposição disjuntiva" é *diezeugmenon*; para "proposição conjuntiva" é *sumpeplegmenon*.

CAPÍTULO XXXIX

39.1.1: Μέτρον κτήσεως τὸ σῶμα ἑκάστῳ ὡς ὁ ποὺς ὑποδήματος: cf. Horácio, *Epístolas* I.10.12; I.7.98.

CAPÍTULO XL

40.1.2: κυρίαι: cf. Sêneca, *Dos Benefícios* III.33. Hadot (2000, p. 193, n.1) observa que as mulheres romanas de classes altas (tanto as casadas quanto as filhas delas) eram tratadas como *domina* ('senhora') – Cf. Suetônio, *Vida dos doze Césares, Cláudio*, 39. De acordo com Justiniano (*Inst. I, tit.*

22), a idade da puberdade entre os romanos era de 14 anos para os homens e 12 anos para as mulheres.

CAPÍTULO XLIII

43.1.1: Πᾶν πρᾶγμα δύο ἔχει λαβάς: cf. *Diatribes* I, 2 (início); III,10,19; Marco Aurélio, VIII.46; *Encheirídion* 30; Xenofonte, *Memoráveis,* II.3.

CAPÍTULO XLIV

44.1.1: Οὗτοι οἱ λόγοι ἀσύνακτοι etc.: cf. *Diatribes* III,14,11; Sexto Empírico, *Hipóteses Pirrônicas* II.137.

CAPÍTULO XLV

45.1.1: Λούεταί τις ταχέως: cf. *Diatribes* IV,8 (início); III,8,5; III,17,7 ss.; Marco Aurélio, VIII.49.

45.1.4-6: οὕτως οὐ συμβήσεταί σοι ἄλλων μὲν φαντασίας καταληπτικὰς λαμβάνειν, ἄλλοις δὲ συγκατατίθεσθαι: cf. *Diatribes* III,8,4 (οὐδέποτε γὰρ ἄλλῳ συγκαταθησόμεθα ἢ οὗ φαντασία καταληπτικὴ γίνεται); Cícero, *Acad*. I.2; II.12; Luciano, *In Symp*, c. 23; Marco Aurélio, IV.22; VII.54; Aulo Gélio, XIX.1; Sêneca, *Cartas a Lucílio* CXI.

CAPÍTULO XLVI

46.1.1: Μηδαμοῦ σεαυτὸν εἴπῃς φιλόσοφον: cf. *Diatribes* IV,8,17 e 35.

46.1.4: ἀλλ' ἔσθιε ὡς δεῖ: cf. *Diatribes* I,13; I,14,20; III,21,5; IV,4,8.

46.1.4 ss.: ὅτι οὕτως ἀφῃρήκει πανταχόθεν Σωκράτης τὸ ἐπιδεικτικόν: cf. *Diatribes* III,23,22; IV,8,22. White (1983, p. 26, n. 26) observa que talvez Epicteto tenha em mente aqui os eventos da primeira parte do diálogo *Protágoras* de Platão (310 a- 311 a), onde Sócrates conduz Hipócrates a Protágoras.

46.2.2: σιώπα τὸ πολύ: cf. *Diatribes* I,29,32; III,13,7; III,14,2; IV,4,26; *Encheirídion,* 33.2; Juvenal, *De Stoic.* II.14.

46.2.3: εὐθὺς ἐξεμέσαι: cf. *Diatribes* II,9,17 ss.; III,21,1.

CAPÍTULO XLVII

47.1.1: Ὅταν εὐτελῶς ἡρμοσμένος ᾖς κατὰ τὸ σῶμα: cf. *Diatribes* III,12.

47.1.3: ὅτι ὕδωρ πίνεις: cf. *Diatribes* III,14,4.

47.1.4: σεαυτῷ καὶ μὴ τοῖς ἔξω: cf. *Diatribes* III,12,17.

47.1.5: μὴ τοὺς ἀνδριάντας περιλάμβανε: cf. *Diatribes* III,12,2. De acordo com Diógenes Laércio (6.23), esse era o costume de Diógenes de Sínope, fundador do Cinismo. Apesar dessa crítica a Diógenes, Epicteto o considerava como o modelo de sábio (Cf. *Diatribes* III,22).

47.1.5: ἀλλὰ διψῶν ποτε σφοδρῶς etc.: cf. *Diatribes* III,12,17. Estobeu (*Florilégio*, 17, 36) atribui tal exercício a Platão.

CAPÍTULO XLVIII

48.1.1: Ἰδιώτου στάσις καὶ χαρακτήρ: cf. *Diatribes* III,19; I,21; *Encheirídion* 29.7.

48.2.3: σημεῖα προκόπτοντος: cf. *Diatribes* I,26,15; I,4; II,11; II,17; *Encheirídion* 5.

48.2.6: περίεισι δὲ καθάπερ οἱ ἄρρωστοι: cf. *Diatribes* III,13,21.

48.2.7: τῶν καθισταμένων: cf. Sêneca, *Cartas a Lucílio* VII (início).

48.3.1: ὄρεξιν ἅπασαν ἦρκεν ἐξ ἑαυτοῦ: cf. *Encheirídion*, 2.2; *Diatribes* I,4,1.

48.3.2: τὰ παρὰ φύσιν τῶν ἐφ' ἡμῖν: cf. *Encheirídion* 2.1.

CAPÍTULO XLIX

49.1.1: Ὅταν τις ἐπὶ τῷ νοεῖν etc.: cf. *Diatribes* I,4,6 ss.; II,19,5 ss.; II,23,44.

49.1.3: εἰ μὴ Χρύσιππος ἀσαφῶς ἐγεγράφει: cf. *Diatribes* I,17,13. Crisipo (280-207 a.C.) sucedeu Cleanto (discípulo de Zenão de Cítio, fundador do Estoicismo) na direção da escola estoica em Atenas em 232 a.C.

CAPÍTULO L

Na edição de Upton (*Epicteti quae supersunt dissertationes ab Arriano collectae nec non Enchiridion et fragmenta Graece et Latine ... cum integris Jacobi Schegkii et Hieronymi Wolfii selectisque aliorum doctorum annotationibus, 2 vol*. Londres: Thomae Woodward, 1741.) os capítulos L e LI perfazem um só.

CAPÍTULO LI

51.1.1: Εἰς ποῖον ἔτι χρόνον ἀναβάλλῃ: cf. *Diatribes* II,8 (fim); IV,12.

51.2.3-4: καὶ πᾶν τὸ βέλτιστον φαινόμενον ἔστω σοι νόμος ἀπαράβατος: cf. *Encheirídion* 22.

51.3.1: quanto à referência a Sócrates, cf. Platão, *Críton*, 46 b4- c6 (ὡς ἐγὼ οὐ νῦν πρῶτον ἀλλὰ καὶ ἀεὶ τοιοῦτος οἷος τῶν ἐμῶν μηδενὶ ἄλλῳ πείθεσθαι ἢ τῷ λόγῳ ὃς ἄν μοι λογιζομένῳ βέλτιστος φαίνηται); *Diatribes* III,23,21.

CAPÍTULO LII

Cf. *Diatribes* III,2.

CAPÍTULO LIII

53.1.2 ss.:

ἄγου δέ μ', ὦ Ζεῦ, καὶ σύ γ' ἡ Πεπρωμένη,
ὅποι ποθ' ὑμῖν εἰμι διατεταγμένος·
ὡς ἕψομαί γ' ἄοκνος· ἢν δέ γε μὴ θέλω,
κακὸς γενόμενος, οὐδὲν ἧττον ἕψομαι.

Esses versos são atribuídos a Cleanto, (331/330-233/232 ou 232/231 a.C.), discípulo direto de Zenão de Cítio (335-264 a.C.), o fundador do Estoicismo. Cf. *Diatribes* II,16,42; IV,1,131; IV,4,34.

Sêneca (*Cartas a Lucílio* CVII,10) assim traduz esses célebres versos de Cleanto:

Duc, o parens celsique dominator poli,
quocumque placuit: nulla parendi mora est;
adsum inpiger. Fac nolle, comitabor gemens
malusque patiar facere quod licuit bono.
Ducunt volentem fata, nolentem trahunt.

Dinucci (*O Manual de Epicteto*. *Aforismos da Sabedoria Estoica.* São Cristóvão, EdiUFS, 2007, p. 44) assim traduz tais versos de Sêneca:

Conduz-me, ó Pai Excelso e Senhor do mundo,
Para onde quer que queiras nenhum obstáculo impedir-me-á de seguir-te.
Diligente, estarei junto a ti. E caso eu não queira fazer
O que é possível ao intrépido, ainda assim seguir-te-ei, gemendo e infeliz.
O destino conduz quem lhe obedece e arrasta quem lhe opõe resistência.

53.2.1-2: verso de tragédia perdida de Eurípides.

53.3.1: ἀλλ', ὦ Κρίτων, εἰ ταύτῃ τοῖς θεοῖς φίλον, ταύτῃ γενέσθω: cf. Platão, *Críton*, 43 d 8-9 (a frase em Platão é: Ἀλλ', ὦ Κρίτων, τύχῃ ἀγαθῇ, εἰ ταύτῃ τοῖς θεοῖς φίλον, ταύτῃ ἔστω); *Diatribes* I,4,24; III,22,95; IV,4,21.

53.4.1: ἐμὲ δὲ Ἄνυτος καὶ Μέλιτος ἀποκτεῖναι μὲν δύνανται, βλάψαι δὲ οὔ: cf. Platão, *Apologia* 30 c-d (a frase em Platão é: ἐμὲ μὲν γὰρ οὐδὲν ἂν βλάψειεν οὔτε Μέλητος οὔτε Ἄνυτος – οὐδὲ γὰρ ἂν δύναιτο – οὐ γὰρ οἴομαι θεμιτὸν εἶναι ἀμείνονι ἀνδρὶ ὑπὸ χείρονος βλάπτεσθαι); cf. *Diatribes* I,29,18; II,2,25; III,23,21.

OBRAS CLÁSSICAS CITADAS NAS NOTAS E NAS REFERÊNCIAS:

AELIANO. *Historical Miscellany*. Trad. N. G. Wilson. Harvard: Loeb Classical Library, 1997.

AÉLIO ESPARTANO. *Historia Augusta, vol. 1*. Trad. D. Magie. Harvard: Loeb Classical Library, 1921.

ARISTÓFANES. *Clouds. Wasps. Peace.* Trad. J. Henderson. Harvard: Loeb Classical Library, 1998.

AULO GÉLIO. *Attic Nights, vol. I, II, III*. Trad. J. C. Rolfe. Harvard: Loeb Classical Library, 1927.

CÍCERO. *On the Nature of the Gods. Academics.* Trad. H. Rackham. Harvard: Loeb Classical Library, 1933.

CÍCERO. *Tusculan Disputations*. Trad. J. E. King. Harvard: Loeb Classical Library, 1927.

CÍCERO. *On Duties*. Trad. W. Miller. Harvard: Loeb Classical Library, 1913.

DINUCCI, A. *O Manual de Epicteto: aforismos da sabedoria estoica.* São Cristóvão, EdiUFS, 2007.

DINUCCI, A.; JULIEN, A. *Epicteto: Testemunhos e Fragmentos.* São Cristóvão, EdiUFS, 2008. Disponível em: http://www.archive.org/details/EpictetoTestemunhosEFragmentos

DIÓGENES LAÉRCIO. *Lives of Eminent Philosophers, vol. I, II.* Trad. R. D. Hicks. Harvard: Loeb Classical Library, 1925.

EPICTETO. *The Encheiridion of Epictetus and its Three Christian Adaptations.* Trad. G. Boter. Leiden: Brill, 1999.

EPICTETO. *Epictetus Encheiridion*. Trad. G. Boter. Berlim: De Gruyter, 2007.

EPICTETO. *Manual.* Trad. P. O. García. Madrid: Editorial Gredos, 1995

EPICTETO. *Enchiridion*. Trad. G. Long. Nova York: Prometheus, 1991.

EPICTETO. *Manuel d'Épictète*. Trad. P. Hadot. Paris: LGF, 2000.
EPICTETO. Pensées (Manuel) in extenso. IN: *Les Stoicïens; Textes Choisis*. Org. J. Brun. Paris: PUF, 1998, p. 118-39.
EPICTETO. *The Discourses of Epictetus as reported by Arrian (Books I, II, III & IV);Fragments; Encheiridion*. Trad. W. A. Oldfather. Cambridge: Loeb, 2000.
EPICTETO. *The Discourses as reported by Arrian (Books I, II, III & IV); Fragments; Encheiridion*. Trad. W. A. Oldfather. Cambridge: Loeb, 2000.
EPICTETO. *The Discourses of Epictetus, with the Enchiridion and Fragments.* Trad. George Long. Londres: George Bell & Sons, 1877.
EPICTETO. *Epictetus, The Handbook, the encheirídion*. Trad. N. P. White. Cambridge: Hacket, 1983.
GALENO. *Exhortation à l'étude de la médecine.* Trad. V. Boudon. paris: Les Belles Lettres, 2002.
HOMERO. *Ilíada, vol. I, II.* Trad. Murray, A. T. Harvard: Loeb Classical Library, 1924-5.
HIPÓLITO. *Hippolytus' Refutationes.* Gottingen: Duncker, 1859.
HORÁCIO. *Satires. Epistles. The Art of Poetry.* Trad. H. R. Fairclough. Harvard: Loeb Classical Library, 1926.
JUVENAL. *Satires.*Trad. Labriole; Villeneuve. Paris: Les Belles Lettres, 1957.
JUSTINIANO. *The Institutes.* Trad. T. C. Sandars. Londres: Parker and Son, 1853
LONGINO. *On the Sublime.* Trad. W. Fyfe. Harvard: Loeb Classical Library, 1995.
LUCIANO. *Phalaris. Hippias or The Bath. Dionysus. Heracles. Amber or The Swans. The Fly. Nigrinus. Demonax. The Hall. My Native Land. Octogenarians. A True Story. Slander. The Consonants at Law. The Carousal (Symposium) or The Lapiths.* Trad. M. A. Harmon. Harvard: Loeb Classical Library, 1913.

LUCRÉCIO. *On the Nature of Things*. Trad. W. H. D. Rouse. Harvard: Loeb Classical Library, 1924.
MARCO AURÉLIO ANTONINO. *Marcus Aurelius*. Trad. C. R. Haines. Harvard: Loeb Classical Library, 1916.
MÁXIMO PLANUDES. *Greek Anthology, vol. I, III.* Trad. W. R. Paton. Harvard: Loeb Classical Library, 1916-8.
ORÍGENES. Contra Celsum. IN: *Ante-Nicene Fathers, vol. Iv*. Trad. Frederick Crombie. Buffalo: Christian Literature Publishing Co., 1885.
PLATÃO. *Euthyphro. Apology. Crito. Phaedo. Phaedrus.*Trad. H. N. Fowler. Harvard: Loeb Classical Library, 1914.
PLATÃO. *Republic, vol. I, II.* Trad. P. Shorey. Harvard: Loeb Classical Library, 1930-1935.
PLATÃO. *Timaeus. Critias. Cleitophon. Menexenus. Epistles.*Trad. R. G. Bury. Harvard: Loeb Classical Library, 1929.
PLATÃO. *Laches. Protagoras. Meno. Euthydemus.*Trad. W. R. M. Lamb. Harvard: Loeb Classical Library, 1924.
PLÍNIO O JOVEM. *Letters, vol. I, II.* Trad. B. Radice. Harvard: Loeb Classical Library, 1969.
PORFÍRIO. *Porphyrii Quaestionum homericarum ad Iliadem pertinentium reliquias collegitdisposuit*. Ed. B. G. Teubner. Charleston: Nabu Press, 2010
PORFÍRIO. *De L'abstinence, livre I; Livre II & III.* Trad. J. Bourfartigue; M. Patillon. Paris: Les Belles Lettres, 1977-1979
PROCÓPIO DE GAZA. *Opera Omnia, vol, I, II, III, IV.* Trad. Jacobus Havry Jacobus. Leipzig: Teubner, 1964.
SCHENKL, H. *Epictetus Dissertationiones Ab Arriani Digestae*. Stutgart, Taubner, 1965.
SCHWEIGHAUSER. *Epicteteae Philosophiae Monumenta*. 3 vol. Leipsig: Weidmann, 1800.
SCHWEIGHAUSER. *Simplicii Commentarius in Epicteti Enchiridion accedit Enchiridii paraphasis christiana et Nili Enchiridion*. 2 vol. Leipsig: Weidmann, 1800.
SÊNECA. *Moral Essays, vol. II*. Trad. J. W. Basore. Harvard:

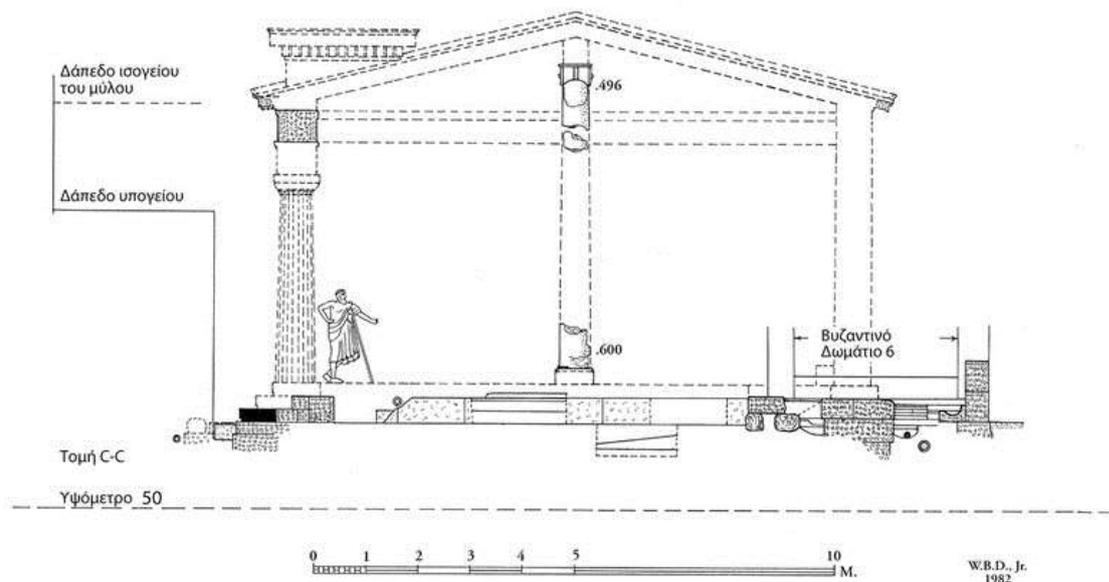
Loeb Classical Library, 2001.
SÊNECA. *Moral Essays, vol. III*. Trad. J. W. Basore. Harvard: Loeb Classical Library, 2001.
SÊNECA. *Epistles 1-66.* Trad. R. M. Gummere. Harvard: Loeb Classical Library, 2001.
SÊNECA. *Epistles 66-92.* Trad. R. M. Gummere. Harvard: Loeb Classical Library, 2001.
SEXTO EMPÍRICO. *Against the Logicians*. Trad. R. G. Bury. Harvard: Loeb Classical Library, 1935.
SEXTO EMPÍRICO. *Outlines of Pyrrhonism*. Trad. R. G. Bury. Harvard: Loeb Classical Library, 1933.
SEXTO EMPÍRICO. *Against the Professors*. Trad. R. G. Bury. Harvard: Loeb Classical Library, 1949.
SIMPLÍCIO. *Commentaire sur le Manuel d'Épictète, Introduction et édition critique du texte grec.* Introdução e edição crítica: Ilsetraut Hadot. Leiden: Brill, 1996.
SÓFOCLES. *Antigone. The Women of Trachis. Philoctetes. Oedipus AT Colonus.* Trad. H. Lloyd-Jones. Harvard: Loeb Classical Library, 1994.
SUETÔNIO. *Lives of the Caesars, vol I, II.* Trad. J. C. Rolfe. Harvard: Loeb Classical Library, 1914.
XENOFONTE. *Cyropaedia, vol. I, II. Symposium. Apology.* Trad. Walter Miller. Harvard: Loeb Classical Library, 1914.
XENOFONTE. *Memorabilia. Oeconomicus. Symposium. Apology.* Trad. E. C. Marchant; O. J. Todd. Harvard: Loeb Classical Library, 1923.

COLETÂNEAS DE FRAGMENTOS CONSULTADAS:

LONG & SEDLEY. *Hellenistic Philosophers, vol. I.* Cambridge: Cambridge University Press, 1987a.
LONG & SEDLEY. *Hellenistic Philosophers, vol. II.* Cambridge: Cambridge University Press, 1987b.
VON ARNIM, H. *Stoicorum Veterum Fragmenta vol. 1: Zeno or Zenonis Discipuli.* Berlim: De Gruyter, 2005.
VON ARNIM, H. *Stoicorum Veterum Fragmenta vol. 2:*

Chrysippi Fragmenta Logica et Physica. Berlim: De Gruyter, 2005.
VON ARNIM, H. *Stoicorum Veterum Fragmenta vol. 3: Chrysippi fragmenta moralia. Fragmenta Successorum Chrysippi.* Berlim: De Gruyter, 2005.

PRINCIPAIS DICIONÁRIOS CONSULTADOS:

BAILLY. *Dictionnaire Grec-Français. Le Grand Bailly*. Paris: Hachette, 2000.
CHANTRAINE, P. Dictionnaire étymologique de la langue grecque. Paris: Klincksieck, 1984.
LIDDELL, H; SCOTT, R; JONES, H. *Greek-English Lexicon*. Oxford: Clarendon, 1940.

Seção transversal da Stoa Poikilê em Atenas,onde Zenão de Cítio fundou o Estoicismo

(fonte: http://www.agathe.gr/guide/stoa_poikile.html).

Outras obras sobre o Estoicismo disponíveis em pdf pelo Editorial Prometeus:

Visitem:

HTTP://200.17.141.110/periodicos/prometeus/editora.htm

HTTP://vivavox.site90.com

Sobre os tradutores:

Aldo Dinucci, doutor em filosofia pela PUC-RJ, é professor associado do Departamento de Filosofia da Universidade Federal de Sergipe.

Alfredo Julien, doutor em história pela USP, é professor adjunto do Departamento de História da Universidade Federal de Sergipe.

Essa pesquisa foi financiada pelo EDITAL MCT/CNPq 02/2009 - Ciências Humanas, Sociais e Sociais Aplicadas.